

## IL MASSAGGIO TRADIZIONALE CINESE (TUINA) E LA RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Il Tuina è una tecnica terapeutica antichissima cui fa riferimento il trattato di medicina interna dell'Imperatore Giallo, "HUANG DI NEI JING SUWEN", testo di studio classico per coloro che iniziano a studiare la MTC.

Il Tuina è una pratica ampiamente utilizzata in Cina e ormai diffusa in tutto il mondo.

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese l'energia vitale nel corpo deve fluire continuamente per: prevenire le malattie, alleviare lo stress e mantenere l'individuo in buona salute psico – fisica.

Il Tuina consente la stimolazione dell'energia profonda del corpo come strumento terapeutico per attivare e potenziare la vitalità del paziente.

### OBIETTIVO:

insegnare un metodo efficace ed accessibile a tutti per correggere e sbloccare la circolazione nei canali energetici (meridiani), attraverso l'applicazione di manovre fondamentali.

### CONTENUTI:

Introduzione al Tuina

Alcune manovre: NA FA – TUI FA – ROU FA – AN FA. Principi e pratica.

Introduzione al massaggio al piede

La mappa dei punti

Le manovre fondamentali: principi e pratica.