



mandalife
Associazione di Promozione Sociale



La Formazione

Il Corso di **Massaggio Shen Integrale** è rivolto sia a chi vuole acquisire una conoscenza pratica e teorica nell'arte del Massaggio, sia a chi vuole intraprendere una vera e propria professione come massaggiatore.



Massaggio Shen Integrale (corso Avanzato)

Percorso formativo completo, costituito da tecniche di massaggio considerate l'essenza del mondo olistico.

Durata: 208 ore divise in 13 week-end di 16 ore

Gli incontri formativi si terranno ogni 21 giorni

Tecniche manuali Integrate: 144 ore

Tecniche Vibrazionali: 16 ore

Postura e Qi Gong del Respiro: 16 ore

Parte Teorica: 32 ore

Nota: l'esame consiste in una prova pratica completa (massaggio 60 minuti) + consigli e discussioni sulla prova effettuata con rimandi alle nozioni teoriche acquisite. L'esame sarà svolto in un giorno, scelto insieme al corsista, al di fuori del contesto delle ore formative.

Obiettivi: Il mondo olistico del massaggio, nella sua essenza più pura, è rappresentato da diverse tecniche di massaggio. La nostra formazione ne prenderà alcune per darti una preparazione completa.

Essere Operatore in Massaggio Shen Integrato ti permetterà di aiutare le persone a ritrovare il loro benessere lavorando sulla sfera fisica, psichica ed emozionale.

La Formazione Shen non prevede alcuna esperienza pregressa ed è accessibile a tutti! Inoltre, anche gli operatori del benessere più esperti troveranno in questo percorso nozioni e manualità all'avanguardia, che andranno ad aumentare le proprie competenze.

Questo percorso ti farà sviluppare la sensibilità e le abilità necessarie per permetterti di distinguerti come un massaggiatore olistico d'eccellenza. Farai la differenza grazie alla tua sensibilità operativa e il tocco consapevole. Imparerai a metterti in ascolto, essendo pronto allo scambio energetico ed emozionale, tipico di ogni trattamento olistico.

Il corso ha l'obiettivo di formare l'operatore a 360°, così da trovare subito lavoro in studi dedicati al settore, beauty farm, centri benessere, palestre, navi da crociera e centri estetici.

Diversamente, potrai aprire la tua Partita Iva Massaggiatore Olistico e lavorare indipendentemente.

Teoria e pratica

La formazione è composta da **molteplici moduli didattici**. Queste tecniche di massaggio, seppur differenti nelle origini e nei metodi di approccio, sono accomunate dallo stesso scopo: il raggiungimento del benessere dell'individuo nella sua totalità e il ritrovamento dell'equilibrio e dell'armonia a livello fisico, mentale e spirituale.

Verranno fornite tutte le **nozioni teoriche e pratiche** di ciascuna tecnica.

Si acquisiranno le nozioni indispensabili di anatomia, fisiologia e apparato locomotore. Queste conoscenze sono fondamentali per comprendere come funziona il corpo umano e come il massaggio va ad agire sulle sue funzioni. Verranno fornite tutte le informazioni necessarie per approcciarsi col cliente in maniera professionale e competente.

Programma parte Teorica: 2 weekend di 16 ore

1° weekend: 16 ore

- Cenni di Anatomia e Fisiologia del corpo: Le diverse tipologie di tessuti; il tessuto epiteliale, connettivo, nervoso e muscolare.
- La cute e le sue funzioni.
- Lo scheletro: analisi delle sue componenti - Le varie tipologie di ossa: lunghe corte, piatte, craniche e facciali - La colonna vertebrale e le sue 5 aree: la zona lombare, dorsale, cervicale, la zona delle ossa sacrali e delle ossa coccigee.
- Le vertebre; Le articolazioni; I legamenti; I muscoli; I tendini.
- Apparato Linfatico

2° weekend: 16 ore

- Studio parti chiave dispense del corso: Origini del massaggio; il Mondo MTC; il Mondo Ayurvedico; comparazione tra MTC e Ayurveda; Studio degli strumenti del Massaggio; Uso degli oli: differenza tra Olio Vettore e Olio Essenziale; cenni sui fiori di Bach nel massaggio; Studio del Suono e rapporti con il massaggio; cenni di musicoterapia e cromoterapia applicati al massaggio; cenni sulle tecniche vibrazionali.
- Deontologia del massaggiatore.
- Qi Gong del Respiro - pratica e esercizi per la postura del massaggiatore
- Consigli per prepararsi al trattamento: l'ambiente, la cura delle mani, l'abbigliamento e le attrezzature necessarie.
- Il colloquio: l'arte dell'accogliere; l'arte dell'osservare; l'arte della cura.
- Analisi della postura del ricevente.

Programma parte Pratica: le tecniche Integrate di Shen

1. **Mass. Ayurvedico abhyanga:**
 - ❖ 3 dosha Vata Pitta Kapha - trattamento per tipologia
 - ❖ Marma Harmony e Muriabhyanga2 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 32 ore
2. **Mass. Marma Trigger Points:**
 - α. Marma Trigger Points - Marma Harmony Floriterapica
 - β. Marma Trigger Points - Marma Harmony riflessogena del piede
 - χ. Marma Trigger Points - Mass. Decontratturante & Marma Harmony
 - δ. Marma Trigger Points - Reflessogia Metamerica & Marma Harmony2 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 32 ore
3. **Mass. Muriabhyanga** (mass. Articolare)
1 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 16 ore
4. **Mass. Viscerale Cinese** e equilibratura dei Dan Tien
1 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 16 ore
5. **Mass. Californiano - Hawaiano - Svedese** (manualità Integrate)
2 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 32 ore
6. **Mass. Linfo drenaggio**
1 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 16 ore
7. **Riflessologica Plantare**
1 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 16 ore
8. **Tecnica Vibrazionale** da scegliere dall'elenco che segue:
1 week end di 16 ore (sabato 8 e domenica 8) = totale 16 ore

Segue Tecniche Vibrazionali

Tecniche vibrazionali

AuroKela Chelazione (pulizia) dell'Aura

Breve descrizione: è un trattamento guarigione energetica che mira a purificare il campo aurico e a radicare l'individuo, utilizzando l'energia della Terra. Aiuta a rilasciare traumi, purificare karma, bilanciare i chakra e rafforzare il radicamento nel presente. A differenza di tecniche come il Reiki che attingono all'energia del cosmo, la chelazione si concentra sull'energia "femminile" (yin) della Terra. Unito al **Dowsign Pendulum** ne esalta il risultato

Office Seated Massage (massaggio seduti) integrato con **Comb touch flight**

Breve descrizione: è un trattamento rilassante e antistress che si effettua senza l'uso di oli e con i vestiti addosso. Si concentra sulle zone più soggette a tensione come collo, spalle, schiena e braccia, ed è ideale per chi passa molte ore seduto, poiché scioglie le rigidità muscolari e migliora la circolazione. Integrato con Comb Touch Flight (letteralmente: tocco del pettine volante) antica pratica antistress orientale.

Reiki Dowsign Pendulum (individuatore zonale energetico. Chakra balance).

Breve descrizione: Il pendolino nella cristalloterapia è uno strumento esoterico usato per la raddomanzia e la guarigione energetica.

Agisce come un'antenna per captare e canalizzare energie sottili e vibrazioni, aiutando a connettersi con l'intuizione e a ottenere risposte a domande specifiche attraverso i suoi movimenti. In cristalloterapia, il pendolino può essere utilizzato per riequilibrare i chakra, purificare gli spazi e dissipare le energie negative

Stone massage

Breve descrizione: Le pietre calde sono state utilizzate fin dall'antichità per attenuare dolori, eliminare tensioni e per procurare benessere. Costituiscono infatti uno dei primi rimedi terapeutici dell'umanità proprio per le molteplici proprietà benefiche. Oggi le pietre calde vengono utilizzate in uno dei massaggi più in voga nelle Spa e nei centri benessere l'"Hot Stone Massage", conosciuto in Italia come massaggio con le pietre calde (hot significa calore), per favorire il rilassamento generale, allentare le tensioni articolari e procurare beneficio nei confronti di rigidità muscolari.

Massaggio campane tibetane

Breve descrizione: Il massaggio con campane tibetane è una forma di terapia sonora che sfrutta le vibrazioni e i suoni delle campane per rilassare il corpo e la mente. A differenza dei massaggi tradizionali, dove il contatto fisico è la chiave per sciogliere le tensioni, in questo caso è il suono a fare il lavoro. Le campane tibetane, quando suonate o fatte vibrare, emettono onde sonore che agiscono profondamente nei tessuti, creando un effetto di rilassamento profondo.

Applicata con altri strumenti viene chiamata Sound Therapy.

Breve descrizione: La suoneroterapia è una pratica olistica che utilizza le vibrazioni sonore di strumenti come le campane tibetane e i gong per promuovere il benessere fisico, mentale e spirituale. Le vibrazioni sonore mirano a riarmonizzare il corpo a livello cellulare e a indurre rilassamento profondo, alleviando stress, ansia e tensioni muscolari. È utilizzata per supportare terapie mediche e non per sostituirle, e può essere adatta per vari scopi, come il sollievo da acufeni e dolori.

Viene personalizzata seguendo la linea Ayurveda dei Dosha: Vata - Pitta - Kapha

Può essere applicata con la Cromoterapia

Breve descrizione: La cromoterapia è una pratica che utilizza i colori per influenzare l'equilibrio psicofisico, con l'obiettivo di migliorare il benessere di una persona. Si basa sull'idea che ogni colore abbia una vibrazione energetica specifica e possa provocare reazioni fisiologiche ed emotive diverse, come stimolare (es. rosso, arancione) o calmare (es. blu). In creazione di ambiente, viene usata come luce diffusa