

# Shiatsu Magazine

Shiatsu

Revista de Salud  
Natural y Bienestar



Junio  
2015



**¡PRACTICA SEXO!**  
**LA AUTÉNTICA MEDICINA NATURAL**



# SHIATSU MAGAZINE



## Revista de Salud Natural y Bienestar



### XVI ANIVERSARIO

SHIATSU YASURAGI

ESPAÑA MADRID

[www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es)

#### ESCUELAS HERMANAS Y AMIGAS

ALIANZA EUROPEA DE ESCUELA DE SHIATSU

[www.shiatsuescuela.es/shiatsuescuela/shiatsu\\_alianza\\_europea.html](http://www.shiatsuescuela.es/shiatsuescuela/shiatsu_alianza_europea.html)

SHIATSU YASURAGI CHILE VALDIVIA

[www.shiatsuyasuragi.wix.com/shiatsu-terapias](http://www.shiatsuyasuragi.wix.com/shiatsu-terapias)

CENAC. ESPAÑA, BARCELONA

<http://www.escuelacenac.com/cursos/graduados/shiatsu/>

SCUOLA ITALIANA DE SHIATSU. ROMA, ITALIA

[www.shiatsupalombini.it](http://www.shiatsupalombini.it)

DUTCH SHIATSU ACADEMY. HOLANDA

[www.shiatsuacademie.nl](http://www.shiatsuacademie.nl)

SCUOLA DI SHIATSU BIOZONE, SICILIA, ITALIA

[www.bio-zone.it](http://www.bio-zone.it)

SCUOLA DI SHIATSU ISIS, ROMA, ITALIA

[www.shiatsuisis.it](http://www.shiatsuisis.it)

NEW LIFE FITNESS CENTER, PORTO SAN GIORGIO, ITALIA

<https://www.facebook.com/NewLifeFitnessCenterAsd/info>

#### ASOCIACIONES

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE SHIATSU

INTERNATIONAL SHIATSU FOUNDATION

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI SHIATSU

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE SOTAI

JAPAN SOTAI ASSOCIATION

AAGESSPY (SHIATSU Y SOTAI PROFESIONAL)

#### CONTENIDO

PAG 3. ¡PRACTICA SEXO! LA AUTÉNTICA MEDICINA NATURAL

PAG 4 Y 5. EMBARAZO, SHIATSU Y SOTAI

PAG 6. PIERDE PESO CON LOS 7 PUNTOS JAPONESES

PAG 7. ACTIVIDADES RECOMENDADAS

PAG 8. CURSO DE SHIATSU

SI QUIERES RECIBIR SHIATSU MAGAZINE DIGITAL,  
MÁNDANOS UN MAIL A [sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)



#### CENTROS en MADRID

##### SHIATSU

**KOBIDO, MASAJE FACIAL JAPONÉS  
REEDUCACIÓN POSTURAL JAPONESA**

Plaza de San Amaro, 7. Madrid.  
Avda. Menéndez y Pelayo 79. Madrid.  
C/ Serrano, 58. Madrid.

**CENTRAL DE RESERVAS. 91 570 58 50**

[www.shiatsuyasuragi.com](http://www.shiatsuyasuragi.com)

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

Esta revista está realizada con fines educativos y los artículos con recomendaciones o tratamientos que se insertan en ella, no pretenden sustituir a ningún tratamiento médico o tradicional. Si tiene un problema de salud consulte a su médico.

[Shiatsu Yasuragi](http://Shiatsu Yasuragi) 91 570 58 50 [www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es) [sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com) <sup>2</sup>



## ¡PRACTICA SEXO! LA AUTÉNTICA MEDICINA NATURAL

Diversas investigaciones científicas aseguran que la práctica regular del sexo, contribuye al bienestar general del organismo humano. De acuerdo con estas investigaciones y las realizadas por expertos sexólogos, se llega a la conclusión de que practicar sexo regularmente ayuda a quemar calorías, prevenir problemas cardiovasculares, retrasar el envejecimiento, aliviar diversos dolores, reforzar el sistema inmunológico e incluso a actuar como antidepresivo. Todo ello genera a su vez efectos positivos en la salud emocional del organismo y en la propia sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud sexual como: "estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad". Por supuesto con la inclusión del respeto, la protección y el pleno ejercicio de los derechos sexuales de las personas.

**QUEMAR CALORÍAS PRACTICANDO SEXO.** Se pueden quemar de 90 hasta 500 calorías si se practica sexo durante 30 minutos. Si tenemos en cuenta el mínimo de 90 calorías, si practicamos sexo 5 veces por semana, eliminaríamos 450 calorías, con lo que podríamos llegar a perder hasta 3,5 kilos por año.

### LA ACTIVIDAD SEXUAL PREVIENE PROBLEMAS CARDIOVASCULARES

Durante el acto sexual, las glándulas suprarrenales, secretan adrenalina en la sangre, así aumenta el ritmo cardíaco y estimula la circulación. Las arterias se dilatan y favorecen así la absorción de oxígeno, que ayuda a prevenir enfermedades cardíacas.

### SI PRACTICAS SEXO ENVEJECERÁS MENOS.

Un estudio realizado en Edimburgo -Reino Unido- afirma que aquellas personas que mantienen relaciones sexuales del orden de 4 veces por semana, llegan a aparentar unos 8-12 años menos de los que realmente tienen. Este retraso en el envejecimiento se debe a que al realizar el acto sexual, se liberan en la sangre grandes cantidades de sustancias químicas como la testosterona y otras hormonas, cuyos niveles disminuyen habitualmente con el envejecimiento, al ser liberadas de forma continua, colaboran en la regeneración de piel, músculos, cartílagos, huesos, etc., y proyectan un aspecto más juvenil de la persona.

**ALIVIO DEL DOLOR CON LA PRACTICA DE SEXO.** Carter Victor Multz, célebre reumatólogo, afirma que el sexo contribuye de forma significativa a reducir el dolor y la inflamación en las personas con artritis, los calambres,

dolores de cabeza y otros, debido a que, durante y después del orgasmo, el cuerpo secreta oxitocina (hormona del amor) y endorfinas que, al trabajar unidas, ayudan a reducir el dolor.

### A MÁS SEXO MEJOR SISTEMA INMUNE

El estado de ánimo de la persona es un factor determinante en el mantenimiento y la mejora del sistema inmunológico, a mejor estado anímico menos enfermedades y más salud. Cuando las personas realizan el acto sexual, el estado de ánimo mejora notablemente y repercute de positivamente en la mejora del sistema inmunológico. Quienes practican sexo con regularidad y disfrutan de orgasmos frecuentes, padecen menos estrés, ansiedad y gozan de una mayor salud mental, física y emocional.

### EL SEXO AYUDA A PREVENIR Y REDUCIR LA DEPRESIÓN

Serotonina, oxitocina, endorfinas, adrenalina, etc., son hormonas liberadas durante el acto sexual.

La serotonina es una hormona empleada en algunos medicamentos antidepresivos, al realizar el acto sexual el cerebro se encarga de aumentar sus niveles y contribuye a disminuir la sensación provocada por la depresión. La oxitocina ayuda en la disminución de la ansiedad y permite dormir mejor.

Tener actividad sexual regular aumenta la autoestima, proporciona estabilidad emocional, mejora las relaciones interpersonales y nos hace sentir más queridos y atractivos. El estado de relajación, al que se llega tras el orgasmo, aporta bienestar que hace que afrontemos los problemas y preocupaciones de forma más optimista, de ese modo el acto sexual ayuda a reducir la tensión acumulada, el estrés, la ansiedad y la depresión.

### ESTÉTICA Y ACTIVIDAD SEXUAL

La práctica de la actividad sexual provoca la liberación de estrógenos, que producen un aumento de la secreción de agua y aceite desde las glándulas sudoríparas. Este proceso contribuye a mantener la piel hidratada y protegida y un cabello más fuerte y brillante.

Durante la realización del acto sexual se produce un mayor bombeo de oxígeno a los tejidos con la consecuente mejora del flujo sanguíneo y de nutrientes a las células cutáneas. Esta actividad aporta luminosidad, juventud y brillo a la piel.

## SHIATSU Y SOTAI EN EL EMBARAZO

### SHIATSU

En los primeros tres meses del embarazo se produce una modificación en el sistema hormonal que puede producir síntomas como, náuseas, alteración en la preferencia de los alimentos, aumento de la salivación, pérdida del apetito y variaciones emocionales y psíquicas con síntomas como nerviosismo e insomnio.

Cuando la mujer acepta con alegría su nueva condición, aparece un factor psicológico de gran importancia que contribuye de manera positiva en el desarrollo del embrión. En estos primeros meses es conveniente tomar pequeñas cantidades de alimentos, fáciles de asimilar, siempre que le apetezca. También se han de ingerir más líquidos, sobre todo si se da el caso de tener vómitos, para mantener el nivel adecuado de fluidos corporales.

En este primer periodo el shiatsu ayuda de forma positiva porque alivia los síntomas molestos, favorece la relajación de la madre, le aporta vitalidad y energía para afrontar el largo periodo de gestación y contribuye a que la respiración de la gestante sea más tranquila y profunda.

Es importante que en estos tres primeros meses, la aplicación de shiatsu se realice **-exclusivamente-** por especialistas de dilatada experiencia.

Del tercer al sexto mes, la placenta suministra los niveles de progesterona y estrógenos necesarios para mantener el embarazo, se produce un equilibrio de los síntomas antes citados y la mujer pasa a tener una relativa estabilidad física y emocional. Hacia el final del tercer mes, a medida que el feto crece, el útero ocupa la mayor parte de la cavidad pélvica y se extiende hacia la parte superior de la cavidad abdominal, se ensanchan las caderas, el ángulo del sacro varía con lo que provoca cierta holgura en la articulación sacroilíaca. Se hace necesario un control sobre la alimentación para no exceder aquél que le haya recomendado su médico y, si es posible, llevar una vida tranquila apartada de ruidos y sobresaltos.

Durante esta etapa el shiatsu ayuda a la embarazada en la respiración, la relajación, le aporta vitalidad, flexibiliza los músculos donde lo necesitan y los tonifica para que puedan soportar el peso del feto, mejora la circulación, equilibra el sistema nervioso y refuerza el inmunológico.

Del sexto al noveno mes, nos encontramos ante la que suele ser la fase más difícil, donde pueden aparecer los síntomas más desagradables, el peso del feto hace que la columna de la madre soporte una tensión importante, que tira de su columna vertebral y ejerce una fuerza en dirección caudal sobre la pelvis. Esta nueva situación provocará un aumento considerable de la presión sobre los discos intervertebrales, que es el causante del dolor lumbar en muchos embarazos. Además, pueden aparecer trastornos como ciática, estreñimiento, aparición de varices, tobillos hinchados, retención de líquidos o hemorroides.

Quizá, es en este periodo cuando el especialista de shiatsu es más solicitado, debido a lo desagradable de los síntomas, sobre todo, en personas que no recibieron shiatsu en los primeros seis meses. En esta etapa, el shiatsu ayuda a aliviar los dolores que se producen a nivel lumbar, ciáticas, rigidez de hombros, piernas cansadas, etc., contribuye a mejorar la

circulación de retorno (varices), reduce y ayuda a evitar la retención de líquidos y prepara la respiración de la futura madre para un parto sin problemas.

En resumen, el shiatsu durante el embarazo contribuye de forma positiva a que todo el periodo de gestación sea más llevadero y el parto resulte más fácil. El shiatsu aplicado durante el embarazo, ayudara a aliviar los síntomas molestos como nerviosismo, insomnio, falta de apetito, tobillos hinchados; trastornos emocionales: depresión, ansiedad, inestabilidad emocional; dolores: lumbalgias, ciáticas, cefaleas, etc. Además, la aplicación de shiatsu prepara el cuerpo de la embarazada anatómicamente y fisiológicamente y ayuda a la mejora de sus funciones mediante el equilibrio, refuerzo y control de los sistemas fisiológicos.

Como resultado final, tendremos que la aplicación de shiatsu en la embarazada, influirá de forma positiva en la salud del niño.

La aplicación de shiatsu en embarazadas debe realizarse es todo el cuerpo, con presión lenta, profunda pero suave y siempre teniendo en cuenta la respiración de la mujer. Si la gestante es muy sensible a la presión, se aplicará presión palmar. A partir del tercer mes o cuando la madre no pueda ponerse en decúbito prono, se trabajará en decúbito lateral.



### CENTROS en MADRID

#### SHIATSU

**KOBIDO, MASAJE FACIAL JAPONÉS  
REEDUCACIÓN POSTURAL JAPONESA**

Plaza de San Amaro, 7. Madrid.  
Avda. Menéndez y Pelayo 79. Madrid.  
C/ Serrano, 58. Madrid.

**CENTRAL DE RESERVAS. 91 570 58 50**

[www.shiatsuyasuragi.com](http://www.shiatsuyasuragi.com)

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

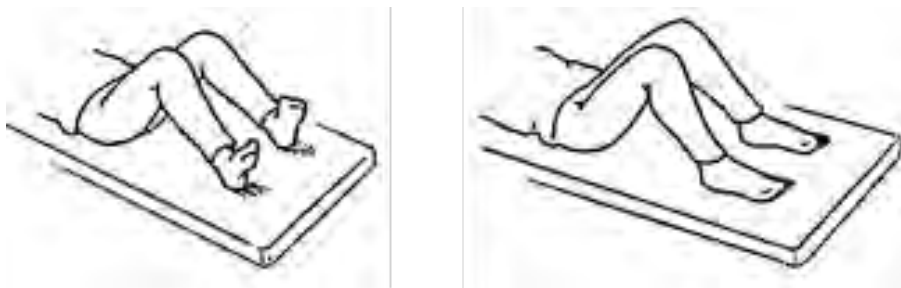
### SOTAI

La técnica de sotai en el embarazo es muy positiva, porque mejora la postura, ayuda a eliminar contracturas, flexibiliza la musculatura rígida y tonifica la que carece de la tonicidad adecuada.

Hoy damos unos ejercicios generales, que ayudan en la mayoría de los casos, pero los especialistas de Shiatsu Yasuragi recomendarán ejercicios diferentes, en cada caso, para tratar a cada persona de forma individualizada.

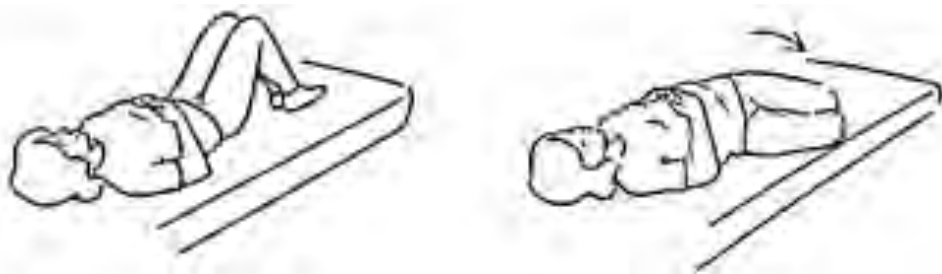


**Básico 1:** Decúbito supino, con las piernas flexionadas y separadas, las manos apoyadas en el abdomen, las plantas de los pies apoyadas en la camilla.



\*\*Levantamos la punta de ambos pies dejando que los talones sigan apoyados en la camilla y realizamos el movimiento siguiendo la Secuencia Básica, pero sin los pasos 1, 2 y 8.

Pincha para ver los vídeos: <http://goo.gl/5Ffrq4>

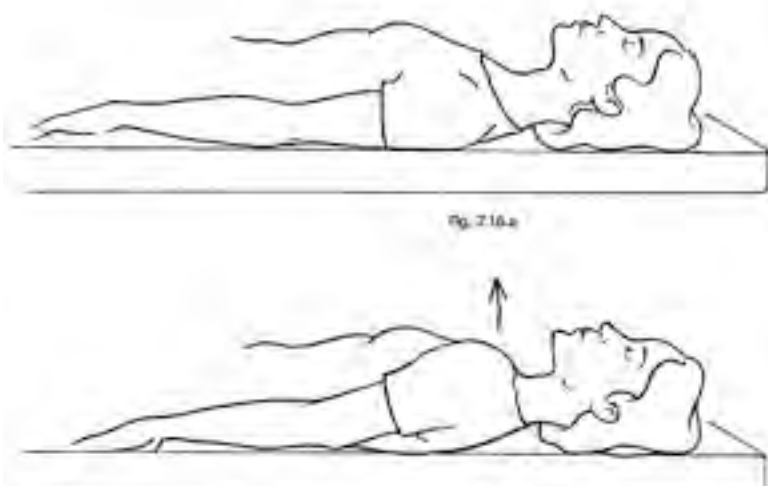


**Básico 2:** Decúbito supino, con las manos apoyadas en el abdomen, las piernas flexionadas y juntas, las plantas de los pies apoyadas en la camilla.

\*\*Inclinamos ambas piernas primero hacia la derecha y después hacia la izquierda y realizamos la Secuencia Básica hacia el lado que nos haya resultado más cómodo.

Pincha para ver los vídeos: <http://goo.gl/5Ffrq4>

**Básico de Hombros Supino 2, Anterior-Posterior:** Decúbito supino, con las manos a ambos lados del cuerpo, las piernas extendidas y las fosas poplíteas (parte posterior de las rodillas o corvas) apoyadas en un cojín o rodillo de goma espuma.



\*\*Desplazamos uno de nuestros hombros en dirección craneal, hacia nuestra oreja, volvemos a la posición inicial, realizamos la misma maniobra con el otro hombro, comprobamos cuál se mueve mejor y realizamos la Secuencia Básica con el hombro que nos haya resultado más cómodo.

Pincha para ver los vídeos: <http://goo.gl/5Ffrq4>

Si estás leyendo nuestra versión en papel y quieres encontrar los vídeos están en nuestra página centros de shiatsu:

[www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es)

**Secuencia Básica para realizar los ejercicios de sotai**

Se realiza el movimiento hacia un lado y su contrario para determinar qué dirección es la más cómoda y no duele. Si hay duda sobre qué lado elegir, siempre tiene prioridad el que no produzca dolor.

Una vez determinado, se realiza el movimiento en esa dirección.

El movimiento ha de llegar al límite, sin rebotar.

Se mantiene esa posición durante 3 segundos.

Se relaja súbitamente, aunque sin brusquedad y sin volver a la posición inicial o al lado contrario, dejando el cuerpo relajado, como una marioneta que pierde la tensión de las cuerdas.

Se descansa 15 ó 20 segundos.

Se repite la secuencia desde el paso 2, hasta realizar el movimiento un total de 3 veces.

Nunca debe producirse dolor, si notamos dolor al hacer cualquiera de los ejercicios hay que dejar de inmediato de trabajar hacia ese lado y probar hacia el contrario o cambiar de ejercicio.

**CURSO DE SHIATSU EN MADRID**

**ESCUELA INTERNACIONAL**

OBTÉN TU CERTIFICADO SY Y TRABAJA EN CENTROS ESPECIALIZADOS O POR CUENTA PROPIA



[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

[www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es)

## PIERDE PESO CON LOS 7 PUNTOS JAPONESES

¿Se puede perder peso con presionando puntos en los pies?

Los japoneses aseguran que **SÍ**. Como en casi todo, nuestros amigos japoneses tienen sus pequeños secretos y afirman que existen siete puntos mágicos en el pie, que si se presionan con regularidad contribuyen a perder peso.

Los japoneses tienen su propia fórmula de presión en determinados puntos de los pies para promover el equilibrio físico y emocional. Estos puntos, ayudan a tratar los trastornos que llevan a la persona a tener más peso del adecuado. Los expertos en esta técnica aseguran que, si se realiza diariamente un pequeño masaje en los pies, en estos puntos, se puede conseguir una aceleración del metabolismo deshinchar el cuerpo, reducir el ansia por comer, disminuir la ansiedad, mejorar la circulación y la respiración, además de otros muchos beneficios.

La presión en los puntos ha de tener una duración de entre tres y diez segundos, si la zona a presionar está blanda (vacío) cercana a los diez, si está dura (plenitud) un máximo de cinco segundos. si la zona está blanda presionamos con profundidad y si esta dura más superficialmente. Cuando esté blanda 3 veces es suficiente si está dura cinco o más veces.

Los especialistas japoneses sostienen que la aplicación es más efectiva si se realiza por la noche antes de acostarse o por la mañana al levantarse, aunque se puede realizar en otro

momento del día, si no fuera posible. La presión se tiene que realizar con los dedos, nunca con un objeto, para poder sentir el estado de la zona.

1. Eliminar Toxinas y Reducir volumen. Este punto favorece la circulación en general y la del sistema linfático, en particular.

Ayuda a eliminar la acumulación de toxinas en los tejidos, disminuye y previene la retención de líquidos y reduce el volumen. La aplicación se realiza con un pequeño masaje en el empeine, primero en dirección de las agujas del reloj y después en el sentido contrario.

2. Regiones interdigitales, la presión en esta zona se aplica para potenciar el drenaje linfático. El masaje entre los dedos es igual que en el punto 1.

3. Intestino delgado. Esta zona es la del intestino delgado y la presión sobre ella estimula el peristaltismo, facilita así la

digestión, la eliminación de toxinas y la absorción de nutrientes. Presiones con fricción en el punto y alrededor del mismo, para una mayor eficacia.

4. El masaje de esta región del pie, estimula los movimientos peristálticos del intestino grueso, con lo que favorece la evacuación y ayuda a eliminar el estreñimiento. Para ello, presione desde el punto en dirección al talón por el lado externo de la planta del pie.

5. Mejora de la respiración. Este punto se corresponde con el pulmón. Una mejor función respiratoria reduce la ansiedad. Presiones largas y sostenidas, a no ser que la zona esté dura, si así fuera, entonces realizamos muchas presiones cortas de 3 segundos.

6. Según los expertos al estimular este punto, relacionado con la glándula tiroides, se contribuye a acelerar el metabolismo y a quemar azúcares, hidratos y grasas. La presión sobre este punto ayuda a quemar calorías y mantener la temperatura corporal.

7. Reducir la gula. Aquí encontramos el punto de la glándula suprarrenal, que produce la hormona adrenalina. Al masajear esta zona se equilibra el nivel de adrenalina del cuerpo, reduciendo la ansiedad. Para ello, presionar con los dedos en el área durante diez segundos, tres veces.

Todos los pasos se han de realizar tres veces y en los dos pies.

Para obtener los mejores resultados con este masaje se debe combinar con una dieta equilibrada y ejercicio regular.



# SHIATSU MAGAZINE

## ACTIVIDADES Y CURSOS RECOMENDADOS

### MASAJE FACIAL JAPONÉS

MADRID 6 y 7 de Junio

Incluye Libro Guía y DIPLOMA.

Si tienes interés en aprender MASAJE FACIAL JAPONÉS contacta con

91 570 58 50

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

### SOTAI REEDUCACIÓN POSTURAL INTEGRAL

MADRID 13 de Junio

Incluye Material, Libro Guía, DIPLOMA e Inscripción en el Registro Internacional de Especialistas de Sotai Profesional

Si tienes interés en aprender SOTAI REEDUCACIÓN POSTURAL INTEGRAL contacta con

91 570 58 50

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

### TERAPIA CRÁNEO-SACRA

MADRID 13 y 14 de Junio

Incluye Libro Guía, y DIPLOMA.

Si tienes interés en aprender Terapia Cráneo-Sacra contacta con

91 570 58 50

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

### MASAJE HINDÚ EN LA CABEZA

MADRID 11 de Julio

Incluye Material, Libro Guía, y DIPLOMA.

Si tienes interés en aprender MASAJE HINDÚ EN LA CABEZA contacta con

91 570 58 50

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)



### CURSO DE SHIATSU EN MADRID

#### ESCUELA INTERNACIONAL

OBTÉN TU CERTIFICADO SY Y TRABAJA EN CENTROS ESPECIALIZADOS O POR CUENTA PROPIA



[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

[www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es)

91 570 58 50



#### CENTROS en MADRID

SHIATSU  
KOBIDO, MASAJE FACIAL JAPONÉS  
REEDUCACIÓN POSTURAL JAPONESA

Plaza de San Amaro, 7. Madrid.  
Avda. Menéndez y Pelayo 79. Madrid.  
C/ Serrano, 58. Madrid.

**CENTRAL DE RESERVAS.** 91 570 58 50

[www.shiatsuyasuragi.com](http://www.shiatsuyasuragi.com)

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)



# SHIATSU MAGAZINE



Desde Japón contamos, para la organización de los cursos, con el asesoramiento y colaboración de grandes maestros como:

[Matsuko Namikoshi](#), [Takashi Namikoshi](#),  
[Yoshikazu Nemoto](#), [Kazuko Hagiwara](#),  
[Nobuyuki Takemura](#), [Susumu Kimura](#),  
[Masaaki Kobayashi](#)

**Profesorado:** Tus profesores poseen un alto grado de formación, 9 años. Antes de ponerse al frente de tu clase, deben realizar 9 cursos, por lo que te ponemos siempre en las mejores manos. Su dilatada experiencia profesional permite que puedas acceder a la mejor enseñanza

## CURSO DE SHIATSU NIVEL I

### Escuela Internacional

## EN JUNIO 40% DE DESCUENTO EN LA MATRÍCULA

Pincha en los links en rojo, para saber lo que incluye el curso, además de las clases, sin pago adicional:

Repetición de Clases gratuita, además de las de tu horario regular.

#### Libros Guía de:

shiatsu  
sotai  
anatomía  
fisiología  
pruebas clínicas  
medicina china

#### Vídeos de:

secuencias de shiatsu  
sotai  
rotaciones articulares  
ejercicios de mantenimiento del terapeuta  
medicina china



#### Jornadas de Puertas Abiertas

**Prácticas:** Elige el horario que prefieras, para practicar en la escuela, entre los programados, además de tus clases regulares.

**Voluntariado:** Programa de voluntariado (con niños de huesos de cristal etc.,)

**Shiatsu Magazine:** Revista Mensual. Artículos y noticias sobre shiatsu, sotai y terapias naturales.

Diploma al finalizar el curso.

**Bolsa de Trabajo:** Para nuestros centros de shiatsu, cubrimos los puestos vacantes con alumnos graduados en Shiatsu Yasuragi. Además mantenemos acuerdos con diversos centros en los que

#### CURSO DE SHIATSU



#### ESCUELA INTERNACIONAL

OBTÉN TU CERTIFICADO **SY** Y TRABAJA EN CENTROS ESPECIALIZADOS O POR CUENTA PROPIA

[sy@shiatsuyasuragi.com](mailto:sy@shiatsuyasuragi.com)

[www.shiatsuescuela.es](http://www.shiatsuescuela.es)

91 570 58 50