

SHIATSU CURSO 1º

指
压



指
压



SHIATSU
YASURAGI

Plaza de San Amaro 7
28020 Madrid
www.shiatsuescuela.es
sy@shiatsuyasuragi.com
91 570 58 50

Curso de Shiatsu 1



En Shiatsu Yasuragi la aplicación y enseñanza del shiatsu se sustenta en la definición del Ministerio de Salud, Bienestar y Trabajo de Japón:

Shiatsu es un tratamiento que mediante la presión de los dedos sobre determinados puntos del cuerpo, mantiene y mejora la salud, alivia diversas enfermedades, corrige irregularidades corporales y reactiva la capacidad de autocuración del organismo. No tiene efectos secundarios y se puede denominar shiatsu o tratamiento de shiatsu.



El shiatsu forma parte de la rica tradición de masajes orientales, conserva una visión holística del tratamiento y considera al ser humano un todo, no un conjunto de partes.

El profesorado de Shiatsu Yasuragi está constituido por auténticos profesionales de la formación en shiatsu. Nuestros especialistas son auténticos expertos, con una sensibilidad única en sus manos, todos formados en nuestro Instituto, considerado de los más prestigiosos en la enseñanza de técnicas orientales.

Todos nuestros profesores poseen un alto grado de formación, 9 años. Antes de ponerse al frente de una clase para dirigirla, deben realizar 9 cursos:

3 años, hasta convertirse en expertos; 3 años, para llegar a ser instructores y 3 años, hasta alcanzar el grado de profesores, por lo que te ponemos siempre en las mejores manos. Este curriculum, más las prácticas cursadas en nuestra escuela y su dilatada experiencia profesional permiten que nuestros alumnos puedan acceder a la mejor enseñanza.

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

[Matsuko Namikoshi](#). [Takashi Namikoshi](#). [Yoshikazu Nemoto](#). Kazuko Hagiwara. Susumu Kimura, Masaaki Kobayashi, Nobuyuki Takemura y un largo etcétera.

Duración del Curso 10 meses

Shiatsu Nivel 1

Objetivos del Curso de Shiatsu Nivel 1

- Toma de contacto con la Historia del Shiatsu.
- Conocer la relación del Shiatsu con las funciones fisiológicas.

Secuencias

- Shiatsu en Silla. Para poder empezar a practicar desde el primer día. Proporciona un acceso rápido al mercado laboral.
- Camilla. Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para Occidente. Homologada por la Asociación Internacional de Shiatsu. 400 líneas y 2300 puntos de presión.
- Tatami. Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para Occidente. Homologada por la Asociación Internacional de Shiatsu. 400 líneas y 2300 puntos de presión.
- Sakura. Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para poder aplicarla en 25-30 minutos.

Aprender y Dominar

- Nociones básicas de la teoría del Shiatsu.
- Principales características del Shiatsu.
- Todos los puntos de presión de Shiatsu en el cuerpo humano.
- Conocimientos adecuados de anatomía para la práctica de Shiatsu.
- Ejercicios de mantenimiento del especialista.
- Posturas adecuadas para la aplicación de Shiatsu.

- Diferentes posiciones de las manos para la aplicación de Shiatsu.

- Análisis de la postura del especialista.

Sotai, Rotaciones, Estiramientos, Tracciones.

Aprender y Dominar

- Ejercicios básicos de Sotai, todos los del libro de Sotai, Reeducación Postural Integral, primer libro publicado en occidente.

- Rotaciones articulares.

- Estiramientos básicos.

- Tracciones de la columna vertebral.

Además

- Realizar 150 horas de prácticas de Shiatsu.

- Obtener conocimientos básicos de Medicina Tradicional China.

- Meridianos, yin y yang, 5 elementos, puntos de acupuntura, esencia, aliento vital, conciencia organizadora.

Shiatsu

El sistema de enseñanza de Shiatsu Yasuragi, sirve para preparar a los alumnos, a fin de que puedan realizar shiatsu en su propio centro. También, en gimnasios, spas y empresas. Además, por supuesto, para formar parte del equipo de especialistas de Centros Shiatsu Yasuragi.

Nuestra escuela ayuda a sus alumnos en la creación de nuevos proyectos para que puedan trabajar. Esta ayuda forma parte de nuestro plan integral de ayuda a la búsqueda de empleo y bolsa de trabajo, para nuestros alumnos.

Teoría Shiatsu

- Historia
- Base científica
- Efectos
- Características
- Shiatsu y funciones fisiológicas

Práctica

Secuencias Básicas Shiatsu Yasuragi

- Características y efectos
- Postura del especialista
- Posición de manos
- Tipos de presión
- Análisis de la postura del especialista
- Análisis de la presión del especialista

Secuencia en Silla

Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para Occidente. Homologada por la Asociación Internacional de Shiatsu.

Preparada para poder practicar desde el primer día de clase. Empleada en personas con dificultad para colocarse en decúbito prono o supino. Proporciona un acceso rápido al mercado laboral.

Empleada en • Shiatsu a Domicilio • En Empresas • En Eventos

Secuencia Yasuragi en Camilla

Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para Occidente. Homologada por la Asociación Internacional de Shiatsu. 400 líneas y 2300 puntos de presión.

- Características
- Efectos
- Postura del especialista
- Posición de manos
- Tipos de presión
- Análisis de la postura del especialista
- Análisis de la presión del especialista
- Decúbito prono
- Decúbito supino.

Secuencia Yasuragi en Tatami

Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para Occidente. Homologada por la Asociación Internacional de Shiatsu. 400 líneas y 2300 puntos de presión.

- Características
- Efectos
- Postura del especialista
- Posición de manos
- Tipos de presión
- Análisis de la postura del especialista
- Análisis de la presión del especialista
- Decúbito prono
- Decúbito supino.

Secuencia Sakura en Camilla

Basada en la secuencia oficial de Japón, adaptada y mejorada para poder aplicarla en 25-30 minutos. Ritual empleado en

- Relajación
- Mantenimiento
- Tercera edad
- Bebés
- Colectivos vulnerables
- Tipos de presión
- Postura del especialista
- Análisis de la postura del especialista
- Análisis de la presión del especialista

Tratamientos y Protocolo

- Cómo realizar primera sesión y sucesivas
- Precauciones en la aplicación
- Indicaciones y contraindicaciones
- Abordaje en el sistema músculo-esquelético

Medicina Tradicional China

- Principios generales
- 3 tesoros
- Yin y Yang
- 8 principios
- 5 elementos

Órganos y vísceras

- Funciones
- Correspondencias
- Relaciones

Meridianos

- Ordinarios
- Extraordinarios
- Relaciones
- Polaridad
- Puntos
- Recorrido

Sotai

Reeducación Postural Integral. Corrección Postural Japonesa



Nuestra escuela es pionera en la enseñanza del sotai en Europa. Desde 1999 llevamos introduciendo la técnica de sotai en España. Estamos autorizados por el Instituto de Investigación y Desarrollo de Sotai de Japón, para la divulgación enseñanza de esta técnica.

El primer libro que se publica en Occidente sobre sotai y con el que han aprendido la mayoría de los especialistas de Europa es de Arturo Valenzuela, Director de la Escuela y discípulo de Yoshikazu Nemoto.

En Nuestro Instituto la técnica de Sotai está integrada dentro del curso de shiatsu. Por supuesto, sin coste adicional para los alumnos. Se comienza a impartir desde el 1º curso y se continua en 2º y 3º. Es por eso, que nuestros alumnos son los mejores especialistas y reciben las mejores ofertas de empleo.

Teoría

• Fundamentos • Historia • Base científica • Efectos • Características • Sotai y las funciones fisiológicas • Secuencia básica • Test de valoración • Resistencia • Respiración

Práctica Camilla y Tatami

• Secuencia básica, aplicada a los ejercicios • Test de valoración • Evaluación del movimiento • Análisis estructural • Resistencia, cómo, cuándo y dónde aplicarla • Respiración, la respiración no inducida • Ejercicios para el especialista • Ejercicios básicos de tratamiento

En el 1º curso se aprende todo el libro de Sotai Reeducación Postural Integral. Propio de nuestra escuela, editado por Paidotribo.

Otras Técnicas Prácticas

Tracciones Básicas de la Columna

• Cervical • Dorsal • Lumbar

Rotaciones Articulares Pasivas

• Dedos de los pies • Tobillos • Rodillas • Caderas

• Dedos de las manos • Muñecas • Codos • Hombros

Ejercicios de Mantenimiento del Especialista

Rotaciones Articulares Activas

• Tobillos • Rodillas • Caderas • Hombros • Codos • Muñecas

Estiramientos Musculares Activos

Regiones

• Maléolos, tobillos • Sural • Femoral • Tronco • Humeral • Braquial • Antebraquial • Muñecas • Cervical

Estiramientos Básicos, Pasivos/Manuales

Decúbito prono

• Hombros • Cuádriceps • Gemelos • Caderas • Extensión de la Columna:

• Cervical • Dorsal • Lumbar

Decúbito supino

• Hombros • Flexores de la mano • Extensores de la mano • Aductores • Gemelos • Isquiotibiales • Caderas • Cervicales

Ciencias de la Salud

Anatomía

Nociones básicas de Anatomía. Divisiones de Anatomía. Posición anatómica. Topografía del cuerpo humano. Ejes, planos y direcciones.

Esqueleto humano. El hueso, articulación, cartílago, cápsula, ligamento, Músculo. Movimientos globales del tronco.

La columna vertebral. La vértebra. El disco vertebral. Pelvis, sacro, articulación sacroiliaca, ligamentos.

Columna lumbar. Vértebra lumbar. Conjunción lumbosacra. Ligamentos.

Columna dorsal. Vértebra dorsal. Caja torácica, movimiento de las costillas. Región dorsolumbar.

Columna cervical. Vértebra cervical. Atlas y Axis.

Músculos:

Posteriores del tronco y cuello. Anteriores y laterales del tronco y cuello. Tórax. Diafragma. Laterales de la columna lumbar. Anterolaterales del abdomen.

El hombro. Movimientos del hombro. Clavícula. Articulación esternocostoclavicular, omóplato, articulación acromioclavicular. Húmero. Articulación escapulo-humeral. Músculos del hombro.

El codo. Movimientos del codo. Radio y Cúbito. Ligamentos del codo. Músculos de la fleco-extensión del codo. La pronación y supinación. Músculos de la pronación y supinación.

La muñeca. Movimientos de la muñeca. El carpo. Articulación de la muñeca. Túnel carpíano: Articulación radio-carpiana y medio-carpiana. Metacarpo y falanges. Articulación Interfalángica. Músculos de la muñeca y mano. Pulgar. Art. Metacarpo – falángica e interfalángica del pulgar. Músculos del pulgar.

Cadera y rodilla. Movimientos globales. Superficies articulares de la cadera. Cápsula y ligamentos. Movimientos globales de la rodilla. Articulación de la rodilla. Superficies articulares. Varo y valgo. Meniscos. Cápsula de la rodilla. Ligamentos cruzados, laterales. Rótula. Músculos de la cadera y rodilla.

Tobillo y pie. Movimientos globales de la art. Del tobillo. Ligamentos. Calcáneo y astrágalo. Articulación Subastragalina. **Ligamentos.** Huesos del tarso anterior. Art. Medio-tarsiana. Ligamentos. Antepie. Articulación de Lisfranc o tarsometatarsiana. Articulación Metatarso-falángica. Ligamentos. Músculos del tobillo y pie. Estabilización del tobillo.

Las técnicas naturales que empleamos en la aplicación, enseñanza y difusión en nuestra escuela, centros, revistas y artículos NO Sustituyen NI Excluyen la atención o el Tratamiento Médico o Farmacológico Convencional prescrito por profesionales sanitarios.

SHIATSU CURSO 1º

指

圧



指

圧



Plaza de San Amaro 7
28020 Madrid
www.shiatsuescuela.es
sy@shiatsuyasuragi.com
91 570 58 50