A top-down view of a person lying on their back on a white massage table. Two hands are placed on their upper back, performing a Shiatsu massage. The person has long, wavy brown hair. The background is a plain, light-colored wall.

MAYA
CENTRO DE ESTUDIOS

Shiatsu

C/ Dr. Vila Barberá, 6 bajo · 963 803 693
info@centro-maya.com · www.centro-maya.com

SHIATSU ZEN

¿QUÉ ES EL SHIATSU Y PARA QUÉ SIRVE?

En lengua Japonesa, la palabra “shi” significa “dedo” y la palabra “atsu” “presión”, por tanto podríamos definir el Shiatsu como “presión con el dedo”.

El Shiatsu, es un método de masaje manual oriental, semejante a la Acupuntura en sus campos de aplicación pero, que utiliza las manos y no las agujas como instrumento de trabajo.

En Medicina Oriental, el ser humano se concibe como un todo, donde fluye la energía (Ki), constantemente. Esta energía o Ki recorre todo el cuerpo a través de unos canales llamados meridianos. Cuando esta energía se estanca se produce la enfermedad, la enfermedad sería en Medicina Oriental, un desequilibrio del flujo de la energía vital.

La finalidad del Shiatsu, es devolver el libre flujo del Ki o energía. Para ello el técnico de Shiatsu, realiza presiones, amasamientos, movilizaciones y otras técnicas en distintas partes del cuerpo, para devolver el movimiento al Ki, y reestablecer así el libre flujo de la energía en todo el organismo.

Esto produce alivio de muchos dolores, disminuye la tensión y el estrés, alivia la fatiga y mejora procesos dolorosos y/o enfermedades.

El Shiatsu está indicado en:

Problemas de agotamiento, fatiga, dolores de cabeza, dolores menstruales, menopausia, neuralgias, contracturas musculares, lumbago, insomnio, estreñimiento y otras muchas disfunciones.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO EL CURSO DE SHIATSU?

A cualquier persona interesada en el masaje oriental y/o en las técnicas energéticas. A profesionales de otras disciplinas que deseen completar su formación y ampliar su campo profesional. A masajistas, quiromasajistas y terapeutas manuales, que deseen conocer el campo de las técnicas del masaje energético. A esteticistas que quieran ampliar su formación en el campo del masaje trabajando la estética a un nivel más energético. A todas las personas que deseen realizar un crecimiento personal, a través del trabajo energético. Y en general a cualquier persona, que busque aliviar utilizando el gran efecto del masaje energético sobre el organismo.

¿QUÉ BENEFICIOS SE OBTIENEN DE LA PRÁCTICA DEL SHIATSU?

El estudiante de Shiatsu, no sólo se beneficia del aprendizaje de Shiatsu para o tras personas, sino que, el mismo aprende sobre diversos aspectos, que pueden mejorar su salud.

- Dietética y nutrición energética.
- Ejercicios de automasaje (do-in)
- Estiramientos de meridianos (makko-ho)
- Ejercicios de energía y respiración (gi-gong)
- Corrección y conciencia postural

Y en especial desarrolla la escucha de su cuerpo y de su energía, ayudándole a percibir y prevenir los desequilibrios físicos, psíquicos y emocionales.



DURACIÓN DE LA FORMACIÓN DE SHIATSU

La duración de la formación del Shiatsu, está distribuida en tres niveles. Cada nivel de Shiatsu, es completo en sí mismo y complementarios con los siguientes. Por todo ello, el alumno puede elegir entre hacer la formación de un año o nivel o seguir y realizar los tres niveles profundizando en su formación.

El método didáctico del Centro Maya, está basado en el aprendizaje de los conocimientos teóricos y prácticos y en muchas horas de prácticas para adquirir la mejor destreza manual. Además de las horas lectivas, los alumnos disponen de varios servicios organizados de prácticas y aplicación de conocimientos. Todas estas actividades, se realizan durante el curso y al margen del horario lectivo.

- Prácticas sin profesor:

En las cuales los alumnos, durante el curso que realizan, podrán utilizar las instalaciones del Centro, durante un amplio horario.

Nuestros diplomas de enseñanza profesional sin validez académica, se otorgan a efectos del artículo 24-1 de la Ley orgánica 1/1990, del 3 de Octubre (BOE 4-10-1990).



SHIATSU I NIVEL

En este primer nivel de Shiatsu, el alumno entra en contacto con el fascinante mundo de la energía en la medicina oriental, y en especial con el masaje oriental SHIATSU.

- Aprenderemos la secuencia básica de masaje Shiatsu en todo el cuerpo.
- Nos introduciremos en la Fisiología Energética, y en la Medicina Tradicional China.
- Conoceremos el recorrido anatómico de los meridianos principales y sus funciones.
- Sentiremos y vivenciaremos el efecto del masaje en otros y en nosotros.
- Aprenderemos a regular la energía propia y la de los demás.

BLOQUE I. Curso básico (4 talleres):

1. HISTORIA DEL SHIATSU
 - Evolución del masaje japonés.
 - Nacimiento del Shiatsu.
 - Shiatsu de hoy: (las dos grandes escuelas)
 - Masunaga
 - Namikoshi
2. EL TERAPEUTA DE SHIATSU:
 - Ejercicios de habilidad y destreza manual.
 - Concepto de Hara.
 - Desarrollo del Hara, cómo usar el Hara en Shiatsu.
 - Ejercicios de sensibilización energética.
3. (DO-IN) automasaje.
4. (QI-GONG) ejercicios de respiración y energía.
5. TÉCNICAS DE MASAJE SHIATSU:
 - Las manipulaciones básicas.
 - Efectos e indicaciones.
 - Kio y Jitsu.
6. SECUENCIA DEL MASAJE GENERAL:
 - Principios básicos de aplicación del Shiatsu.
 - Masaje en decúbito supino.
 - Masaje en decúbito prono.
 - Masaje en sedestación.
 - ANPUKU (Masaje abdominal)
7. INTRODUCCIÓN A LA TEORÍA DE LA M.T.C. (Medicina Tradicional China):
 - Concepto de Ki, la energía y sus manifestaciones.
 - Teoría de Yin / Yang.
 - Los cinco elementos.
 - El ciclo circadiano.
8. EL VALORACIÓN EN SHIATSU:
 - Valoración visual.
 - Diferenciación entre constitución y condición.
 - Los cuatro métodos de valoración.
 - BO-SHIN: ver y observar a la persona.
 - SETSU-SHIN: tocar al paciente.
 - MON-SHIN: hacer preguntas.
 - BUN-SHIN: Escuchar, oler.
 - Valoración del Hara.
 - La ficha de Shiatsu.

BLOQUE II (7 Talleres):

1. ELEMENTO MADERA

- Funciones de los meridianos de Hígado y Vesícula Biliar.
- Recorrido anatómico de los meridianos de Hígado y Vesícula Biliar.
- Localización de los puntos principales.
- Acción de los puntos principales de cada meridiano.
- Posiciones para la técnica de los meridianos del elemento madera.
- Preparación, transiciones y estiramientos propios de estos meridianos.
- Desequilibrio emocional del elemento madera.
- Manifestaciones, valoración facial y expresión corporal.
- Dietética y nutrición para el elemento madera.

2. ELEMENTO FUEGO

- Funciones de los meridianos de Corazón, Intestino Delgado, Maestro Corazón y Triple Calentador.
- Recorrido anatómico de los meridianos de Corazón, Intestino Delgado, Maestro Corazón y Triple Calentador.
- Localización de los puntos principales.
- Acción de los puntos principales de cada meridiano.
- Posiciones para la técnica de los meridianos del elemento fuego.
- Preparación, transiciones y estiramientos propios de estos meridianos.
- Desequilibrio emocional del elemento fuego.
- Manifestaciones, valoración facial y expresión corporal.
- Dietética y nutrición para el elemento fuego.

3. ELEMENTO TIERRA

- Funciones de los meridianos de Bazo-Páncreas y Estómago.
- Recorrido anatómico de los meridianos de Bazo-Páncreas y Estómago.
- Localización de los puntos principales.
- Acción de los puntos principales de cada meridiano.
- Posiciones para la técnica de los meridianos del elemento tierra.
- Preparación, transiciones y estiramientos propios de estos meridianos.
- Desequilibrio emocional del elemento tierra.
- Manifestaciones, valoración facial y expresión corporal.
- Dietética y nutrición para el elemento tierra.

4. ELEMENTO METAL

- Funciones de los meridianos de Pulmón e Intestino Grueso.
- Recorrido anatómico de los meridianos de Pulmón e Intestino Grueso.
- Localización de los puntos principales.
- Acción de los puntos principales de cada meridiano.
- Posiciones para la técnica de los meridianos del elemento metal.
- Preparación, transiciones y estiramientos propios de estos meridianos.
- Desequilibrio emocional del elemento metal.
- Manifestaciones, valoración facial y expresión corporal.
- Dietética y nutrición para el elemento metal.

5. ELEMENTO AGUA

- Funciones de los meridianos de Riñón y Vejiga.
- Recorrido anatómico de los meridianos de Riñón y Vejiga.
- Localización de los puntos principales.
- Acción de los puntos principales de cada meridiano.

- Posiciones para la técnica de los meridianos del elemento agua.
 - Preparación, transiciones y estiramientos propios de estos meridianos.
 - Desequilibrio emocional del elemento agua.
 - Manifestaciones, valoración facial y expresión corporal.
 - Dietética y nutrición para el elemento agua.
6. VALORACIÓN Y TRATAMIENTO DE LOS PUNTOS YU Y BO
- Identificación de los puntos.
 - Tratamiento.
7. LOS VASOS EXTRAORDINARIOS
- Vaso Gobierno: Recorrido, tratamiento, recomendaciones de uso.
 - Vaso Concepción: Recorrido, tratamiento, recomendaciones de uso.
 - Vaso de Cintura: Recorrido, tratamiento, recomendaciones de uso.
8. LOS TRES TESOROS Y LOS FLUIDOS CORPORALES.
9. MOXIBUSTIÓN
- Qué son las moxas.
 - Diferentes tipos de moxa.
 - Indicaciones y Contraindicaciones.
 - Prácticas de puntos de longevidad.
 - Fomentos y compresas.
10. EL I-CHING Y EL KI DE LAS NUEVE ESTRELLAS.
- Los trigramas del I Ching.
 - El cuadrado mágico.
 - Personalidad de cada número.
11. (DO-IN) Automasaje (profundización).
12. QI GONG EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN Y ENERGÍA (profundización).

SHIATSU II NIVEL

En este segundo nivel de Shiatsu, ampliamos los conocimientos sobre la M. T. C. y nos introducimos en el mundo del Zen Shiatsu.

- Avanzamos en el valoración oriental, utilizando nuevas técnicas de valoración.
- Desarrollamos nuevos tratamientos para zonas y casos específicos.
- Vamos ampliando nuestra capacidad de percibir la energía en nosotros mismos y en nuestros pacientes.
- Descubrimos los nuevos recorridos de los meridianos en Zen Shiatsu.

PROGRAMA

1. ARMONIZACIÓN DE CHAKRAS Y AUTOPROTECCIÓN DEL KI.
2. SHIATSU EN DECÚBITO LATERAL
 - Secuencia general.

3. LOS MERIDIANOS EN ZEN-SHIATSU
 - Localización y áreas.
 - Aspectos físicos y psicológicos.
 - Kyo/Jitsu.
4. TÉCNICAS AVANZADAS DE SHIATSU POR ZONAS
 - Cuello.
 - Hombro.
5. VALORACIONES AVANZADAS (II)
 - Valoración del Hara en Zen Shiatsu
 - Áreas de valoración funcional de órganos y vísceras de los meridianos principales.
 - Valoración en Medicina Tradicional China.
 - La lengua.
 - La pulsología.
 - Valoración de los diferentes criterios energéticos.
6. MEDICINA TRADICIONAL CHINA (II)
 - Causas de la enfermedad.
 - Las energías perversas.
 - Los o principios.
 - Los planos energéticos.
7. TÉCNICAS AVANZADAS DE SHIATSU (II)
 - Masaje pedesto.
 - Tratamiento con codo y rodilla.
8. MOXIBUSTIÓN (II)
 - Repaso de las técnicas.
 - Casos prácticos.
9. LOS DOCE MERIDIANOS PRINCIPALES Y SUS PUNTOS (II)
 - Repaso de los meridianos principales.
 - Localización de los puntos más importantes.
 - Efectos de los puntos más importantes.
10. SOTAI (I)
 - Técnicas para devolver el movimiento y amplitud articular.
 - Ejercicios de isometría.
11. TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS
 - Los imanes.
 - Las ventosas.
12. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA
 - Sistema endocrino, reproductor.
 - Aparato locomotor.
 - Ampliación de músculos y movimientos.

13. SISTEMA REPRODUCTOR
 - Técnicas en shiatsu.
 - Menstruación (amenorrea, dismenorrea).
 - Infertilidad.
14. SISTEMA INMUNE
 - Técnica en Shiatsu.
15. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN
 - Alimentos que nutren cada elemento energético.
 - Cómo contrarrestar las energías perversas con la nutrición.
16. ASPECTOS PSICOSOMÁTICOS
 - Técnicas con Shiatsu.

SHIATSU III NIVEL

PROGRAMA

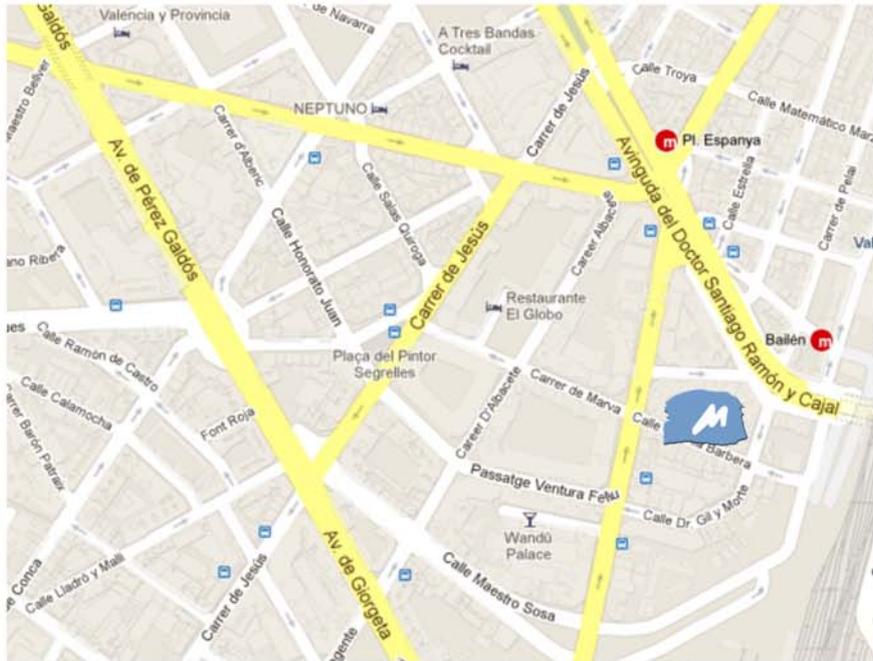
En este nivel profundizaremos en patologías concretas, como lumbalgia, cervicalgia, dorsalgia y su tratamiento con Shiatsu. Afianzamos los conocimientos de MTC y la práctica en Zen Shiatsu. Ampliamos el campo de aplicación del Shiatsu en embarazadas.

1. EL CANAL CENTRAL: EL SISTEMA EXTRACTURAL ENERGÉTICO PRIMARIO
 - Técnicas de conexión y tratamiento de tejidos blandos en:
 - La estructura corporal y el ki
 - La fascias como protectora de órganos vitales
 - La columna vertebral
 - En el sistema nervioso
 - En el sacro y en el cráneo
2. MERIDIANOS EXTRAORDINARIOS (1 mes)
 - Los 8 vasos extraordinarios su polaridad y recorrido
 - Funciones principales de cada uno de ellos
 - Uso clínico
 - Aplicación de magnetos
3. TÉCNICA DE ENERGÍA EMOCIONAL
 - Los 5 aspectos mentales-emocionales
 - Puntos de técnica emocional
 - Como afrontar la emoción en la práctica:
 - Técnica emocional en fase aguda
 - Técnica emocional crónica
 - Técnica del shock emocional
 - Técnica emocional de un problema de la infancia

4. SOTAI
 - Repaso de técnica
 - Medidas correctivas y posturales
5. DIAFROTERRAPIA ORIENTAL
 - Fisiología de la respiración
 - Patrones de respiración incorrecta
 - Técnica sentado
 - Técnica en decúbito supino
 - Clínica del bloqueo diafragmático
 - Acción clínica de puntos
6. TÉCNICAS AVANZADAS DEL RAQUIS
 - Lumbalgia
 - Dorsalgia
 - Cervicalgia
7. EXPERIMENTAR CON LOS 5 ELEMENTOS
 - Zonas corporales
 - Actitud terapéutica
 - Elementos técnicos
8. LOS SEIS NIVELES ENERGÉTICOS
 - Ejercicios prácticos de técnica para vivenciar cada uno
9. IDENTIFICACION DE LOS MODELOS PATOLÓGICOS SEGÚN LA MTC
 - Síndromes
 - Estudio de punto de acuerdo a su acción clínica
10. CONCEPTOS EN MTC
 - Los órganos extra Yang
 - Interrelación entre órganos Yin
 - Los puntos SU antiguos
11. SHIATSU PARA EL EMBARAZO
 - Cambios energéticos que ocurren
 - Como acompañar con shiatsu en el embarazo
 - Desequilibrios más corrientes
 - Shiatsu para el parto y el postparto
12. SHIATSU EN GERIATRIA
 - Inducción al movimiento
 - Suavidad en la técnica
 - Movilización articular
 - El unwinding
13. SHIATSU EN LA INFANCIA
 - Duración y ritmo
14. ESTUDIO DE CASOS PRÁCTICOS



C/ Dr. Vila Barberá, 6 bajo · 963 803 693
info@centro-maya.com · www.centro-maya.com



NUESTROS CURSOS y TALLERES:
Acupuntura, Aromaterapia, Auriculoterapia, Ayurveda, Balneoterapia, Cosmética Natural (Elaboración de Champús, Desodorantes, Dentífricos, Jabones, Cremas y Tónicos Faciales), Dietética y Nutrición Integrativa, Faciopuntura, Fangoterapia, Feng Shui, Fitball (Pilates), Inteligencia Emocional, Kinesología, Linfodrenaje Manual, Masaje Facial Japonés, Masaje Metamórfico, Masaje Sensitivo Gestáltico, Medicina Ortomolecular, Profesorado de Tai Chi, Profesorado de Yoga, Orquídeas Amazónicas, Osteopraxia Dinámica, Quiromasaje, Quiroresonancia, Radiónica, Reflexología Podal, Reiki, Risoterapia, Shiatsu, Sotai, Técnicas Orientales de Terapia (Moxas, Ventosas, Gua Sha, Reflexología Abdominal), Técnica Sacro-Craneal, Terapia Floral, Terapia Regenerativa, Tui Na, Valoración Energética Oriental, Vendaje Neuromuscular, ...

**Solicita el programa completo
de nuestros cursos**