



Sara Pellegrino

Operatore shiatsu professionista, con iscrizione all'Albo Professionale della Federazione Italiana FISEO.

Fino al 2020 ho gestito il Centro Shiatsu Orbassano dove abbiamo organizzato tantissimi Corsi di discipline di Medicina Complementare ed Eventi vari tutti all'insegna del Benessere in collaborazione con diverse figure professionali.

Molte di queste attività sono state raccolte sul mio Sito Web www.centroshiatsu.eu che ti invito a curiosare.

Mi occupo da 20 anni di Medicina Tradizionale Cinese, delle Tecniche ad essa applicabili, di trattamenti olistici e riflessologie.

Presso le Scuole riconosciute dalla stessa Federazione ho frequentato Corsi di abilitazione all'insegnamento e da tempo organizzo Seminari di questo genere per diffondere questa antica Arte che considero una delle più efficaci per il mantenimento del buono stato di salute.

Avviciniamo lo Shiatsu per sensibilizzare il nostro Cuore e le nostre Mani ad un tocco sapiente, per migliorare le relazioni interpersonali ed elevare il nostro Spirito.



Lo Shiatsu e le sue potenzialità

La tecnica dello **Shiatsu** viene definita olistica perché si prende cura dell'individuo nella sua integrità di corpo-mente-spirito.

E' una tecnica di contatto profondo che ci consente di entrare in sottile comunicazione con l'altra persona, ascoltando il linguaggio del suo corpo, una vera e propria comunicazione non verbale.

Se sei curioso e alla ricerca di nuovi orizzonti, se hai a cuore il benessere tuo e dei tuoi cari, affacciati al mondo dello Shiatsu.

Il corso amatoriale consiste nell'apprendere i Katà di base della tecnica e di conoscere, di questa Arte antica, le origini e le applicazioni.

Il percorso si svolge in pochi incontri frontali dove la pratica ne costituirà l'ottanta per cento. Avrai riscontri immediati di miglioramento dello stato generale e della diminuzione dello stress e sarai in grado di condividere le consapevolezze acquisite con i tuoi familiari ed amici.

Per praticare anche solo tecniche di base dello Shiatsu occorre essere centrati ed allineati, in questo ci aiuterà la tecnica **Feldenkrais**, muoversi senza fatica durante la pratica dopo aver "organizzato lo scheletro" è lo spirito che ha ispirato questo progetto.