

# Kinesiologia & Natura

‘La salute è il benessere, e cosa è il benessere? È la consapevolezza di Sé. È conoscere come siamo fatti: organismo psicofisico su questo pianeta, in questa epoca. Questa è la radice della salute, tutto il resto sono strumenti.

Le discipline orientali servono per fare sport, ma soprattutto servono per fare donne e uomini migliori, che possono aiutare coloro che ne hanno bisogno. È per questo che ho ritenuto giusto divulgare in termini non elitari una metodica come il “Touch For Health”, il quale aiuta l’ uomo nel suo processo di consapevolezza.’

## Seminari di Aikido e Kinesiologia (Primo Ciclo)

### Programma di Yoga:

- Studio dei Principi di Allineamento Universali nella costruzione delle Asanas.

### Programma di TFH:

Prerequisiti: NESSUNO.

- Teoria e brevi cenni di storia della Kinesiologia Applicata;
- Introduzione dei meridiani;
- Massaggio dei meridiani;
- Tecniche base per una risposta muscolare affidabile;
- L’ arte del test muscolare;
- Consapevolezza posturale;
- Test dei 14 muscoli con cinque tecniche di rafforzamento;
- Tecnica di allevamento allo stress e dei traumi emotivi;
- Test per verificare lo stress alimentare; test del sostituto;
- Semplice tecnica del dolore;
- Inibizione visiva ed auricolare;
- Sfida;
- Procedura di riequilibrio.

Date: 10 mattine di Domenica

Orari: 9.30 – 11.30 Kinesiologia

11.30 – 12.40 Yoga

Per i costi contattare direttamente Tommaso Patella.

I costi sono onnicomprensivi di dispensa di Kinesiologia e attestato IKC (International Kinesiology College).

Per ricevere l’attestato finale, non si può superare le quattro ore di assenza alle lezioni di Kinesiologia.

Il corso partirà se si raggiunge un numero minimo di 8 adesioni.

### Info

Tommaso Patella 3475057016

naturopatia@tommasopatella.com