



**CRAL ITALGAS**

## **L'Istituto Europeo di Shiatsu di Torino**

(Scuola accreditata alla FISieo Federazione Italiana Shiatsu  
Insegnanti e Operatori)

propone

### **Shiatsu - Presentazione gratuita**

**Venerdì 1° marzo 2024**

**Orario 19,30 – 21,30**

In Via Mantova 36 a Torino

**Venerdì 1° marzo 2024** dalle ore 19,30 alle 21,30 presso L'Istituto Europeo di Shiatsu di Torino Via Mantova 36 si terrà una **serata di presentazione gratuita** delle attività e del programma della Scuola. L'obiettivo è **conoscere le basi dello Shiatsu**. In questa serata verranno in particolare illustrate alcune tecniche di base.

Questa serata permetterà un contatto concreto con la Scuola con lo scopo di favorire un facile approccio "sul campo" allo Shiatsu. Chi interverrà proverà in modo tangibile cosa significa "fare" Shiatsu: sperimenterà tecniche di base ed esercizi di percezione corporea. Inoltre si parlerà della base teorica su cui poggia questa meravigliosa Arte per la Salute.

Lo Shiatsu (shi-atsu = premere con le dita) è una disciplina nata in Giappone il trattamento intende ristabilire il corretto fluire delle energie corporee ed emozionali e stimolare le risorse individuali della persona, con l'obiettivo di mantenere lo stato di benessere. Attraverso l'uso di appropriate pressioni sul corpo, lo shiatsu risveglia un contatto profondo con se stessi, aiuta a conoscersi, a preservare e mantenere la salute. La formula dell'Istituto propone un programma adatto sia a quanti si avvicinano allo shiatsu solo per curiosità, a **livello amatoriale**, sia a coloro che vogliono integrare le proprie conoscenze, **per un sostegno personale e per finalità professionali. Il prossimo corso di primo livello si svolgerà nelle date 16, 17 – 22, 23 e 24 marzo 2024. Sono previsti sconti sui corsi per i soci CRAL.**

La serata è **GRATUITA**

E' **consigliabile indossare abiti comodi** o tuta da ginnastica e calzini in cotone (no sintetico). E' richiesta **la prenotazione**.

Per tutte le informazioni visitate il nostro sito o contattateci all' indirizzo e-mail.

**Info:**

Tel. 011 7715435 - Cell. 340 2707124

E-mail: [iesmessaggi@gmail.com](mailto:iesmessaggi@gmail.com)

Sito: [www.shiatsutorino.it](http://www.shiatsutorino.it)

[www.facebook.com/shiatsutorino](https://www.facebook.com/shiatsutorino)