



## ESCUELA EUROPEA DE SHIATSU, CURSO 2017-2018

### PROGRAMACIÓN ANUAL DEL NIVEL 1

- En las mañanas y antes del inicio de cada sesión se practicará Do in, Chi kung y ejercicios básicos de sensibilización y contacto con la energía vital: Chi.
- Se incluirá además en el programa el aprendizaje de la anatomía ósea y muscular que se intercalará como tema transversal en las prácticas de Chi kung, secuencias de técnicas Shiatsu y recorridos de meridianos.
- Se realizarán, además, dinámicas de trabajo experiencial para acercarnos a las virtudes de cada Elemento.
- Cada fin de semana contará con un espacio destinado a realizar una evaluación continua de cada alumno.

#### Octubre 21 (sábado)

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Introducción al Shiatsu.
- Historia de la Escuela.
- Ejercicios de Hara.
- Dinámica de contacto.
- Secuencia de contorno.

**15.30-19:30h.**

- Espíritu del Shiatsu Zen.
- Secuencia prono: espalda.
- Concepto de Ki y Tao.

#### Octubre 22 (domingo)

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Teoría de Yin y Yang.
- Secuencia de prono: piernas.

**15:30-19:30h.**

- Secuencia de prono completa.

#### Noviembre 18 (sábado)

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Concepto de Meridiano.
- Concepto de Tsubo.
- Teoría del Reloj Chino.
- Secuencia supino: cabeza, cuello y brazos.

**16:00-19:00**

- Anatomía: cabeza, brazos y hombros
- Evaluación de secuencia de prono



### **Noviembre 19 (domingo)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Principios del Shiatsu Zen.
- Dinámica de contacto.
- Secuencia supino: piernas.

**15:30-19:30h.**

- Ejercicios de repaso teoría Ki, Tao y Yin - Yang.
- Secuencia supino completa.

### **Diciembre 16 (sábado)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h**

- Teoría de la ameba.
- Secuencia de lado: cabeza, cuello y hombros

**16:00-19:00h**

- Anatomía: columna vertebral y músculos del torso y piernas.
- Evaluación de secuencia supino.

### **Diciembre 17 (domingo)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h**

- Teoría de los 5 Elementos.
- Secuencia de lado: piernas.
- Concepto Kyo-Jitsu.

**15:30-19:30h**

- Ejercicio repaso Reloj Chino.
- Secuencia de lado completo.

(Petición del trabajo de describir los términos de Qi, Tao, Teoría del Yin-Yang, Reloj Chino y 5 Elementos con imágenes, dibujos para entregar el 13 Febrero).

### **Enero 20 (sábado)**

**Adelina Abdola**

**10:00-14:00h**

- Características del Elemento Metal.
- Meridiano clásico del Pulmón (Pu): recorrido, puntos y funciones.
- Práctica de tratamiento del meridiano de Pu.

**16:00-19:00h**

- Anatomía: músculos de espalda y piernas.
- Evaluación de secuencia de lado.

### **Enero 21 (domingo)**

**Adelina Abdola**

**10:00-14:00h**

- Repaso Características Metal.
- Meridiano clásico del Intestino Grueso (Ig ): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de Ig.

**15:30-19:30h**



- Ejercicios repaso Teoría de los 5 Elementos.
- Integración práctica de los meridianos del Pu y del Ig.

### **Febrero 17 (sábado)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h**

- Sistema Nervioso: Sistema simpático y parasimpático.
- Características del Elemento Agua.
- Meridiano clásico de la Vejiga (Vj ): recorrido, puntos y función.
- Puntos Yu.
- Práctica de tratamiento del meridiano de Vj.

**16:00-19:00h.**

- Anatomía: Sistema linfático y nervios.
- Evaluación del Elemento metal.

### **Febrero 18 (domingo)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Repaso características Agua.
- Meridiano clásico del Riñón (R): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de R.

**15:30-19:30h.**

- Ejercicios repaso Elemento Metal.
- Integración práctica de los meridianos de R y Vj.

### **Marzo 10 (sábado)**

**Adelina Abdola**

**10:00-14:00h.**

- Diagnóstico del Hara.
- Características del Elemento Madera.
- Meridiano clásico de la Vesícula Biliar (Vb): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de Vb.

**15:30-19:30h.**

- Repaso características Madera.
- Meridiano del Hígado (H): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de H.

### **Marzo 11 (domingo)**

**Adelina Abdola**

**10:00-14:00h.**

- Evaluación del Elemento Agua.
- Integración práctica del meridiano de Vb.

**15:30-19:30h.**

- Ejercicios repaso del Elemento Agua.
- Puntos Bo
- Integración práctica del meridiano de H.

### **Abril 14 (sábado)**

**Brian Carling**

**10:00-14:00h.**

- Características del Elemento Fuego.
- Meridiano clásico del Intestino Delgado ( Id ): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de I.d

### **15:30-19:30h.**

- Meridiano clásico del Corazón: recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de C
- Ejercicios de repaso del E. Madera.
- Integración práctica de los meridiano del Co y el Id.

## **Abril 15 (domingo)**

### **Brian Carling**

10:00-14:00h

- Repaso características Fuego.
- Meridiano clásico del Triple Calentador (TC): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de TC.

### **15:30-19:30h.**

- Meridiano clásico del Pericardio (P): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de P
- Integración práctica de los meridianos del P y Tc.
- Diagnostico del Hara.

**Pedir trabajo de reconocimiento de los meridianos dados en fotos, montajes digitales o recortes de revista entrega el 11 Mayo.**

## **Mayo 11 (viernes) RETIRO**

### **Gabriel León**

17:30-20:30h.

- Evaluación de Anatomía.
- Tratamiento a partir del diagnóstico del Hara.

## **Mayo 12 ( sábado) RETIRO**

### **Gabriel León**

9:00-14:00h

- Evaluación del Elemento Madera y Fuego
- Características del Elemento Tierra.
- Meridiano clásico del Estómago (E): recorrido, puntos y función

15:30-19:30h

- Práctica de tratamiento del meridiano de E.
- Diagnóstico de la espalda.

## **Mayo 13 (domingo) RETIRO**

### **Gabriel León**

10:00-14:00h

- Repaso características Tierra.
- Meridiano clásico del Bazo (B): recorrido, puntos y función.
- Práctica de tratamiento del meridiano de B.

15:30-17:30h

- Ejercicios de repaso del E. Fuego.
- Integración práctica de los meridianos del B y E.

**Completar el trabajo con el E. Tierra y entregar completo el sábado 16 de junio.**



### **Junio 16 (sábado)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00 h.**

- Evaluación del Elemento Tierra
- Tratamiento a partir del diagnóstico del Hara.

**15:30-19:30h.**

- Meridianos extraordinarios.
- Meridiano del Vaso de la Concepción (VC) y Vaso Gobernador (VG).
- Integración del VC y VG..
- Teoría de las 6 divisiones.

### **Junio 17 (domingo)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Meridianos en cuello, torso y espalda.
- 3 Meridianos Yin y 3 Yang en las piernas.
- 3 Meridianos Yin y 3 Yang en los brazos.
- Tratamiento a partir del diagnóstico del Hara.

**15:30-19:30h**

- Repaso meridianos en bloque.
- Tratamiento a partir del diagnóstico del Hara.

### **Junio 30 (sábado)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h.**

- Repaso general y examen final

**15:30-19:30h**

- Repaso general y examen final

### **Julio 1 (domingo)**

**Gabriel León**

**10:00-14:00h**

- Repaso general y examen final

**15:30-19:30h**

- Repaso general y examen final
- **¡Fiesta de fin de curso!**

#### **NOTA:**

Esta programación es flexible y puede sufrir algunas variaciones.

Particularmente en lo que se refiere al orden de impartición de los cursos debido a la agenda laboral del profesorado.