



FONDAZIONE IRCCS CA' GRANDA
OSPEDALE MAGGIORE POLICLINICO



Programma lezioni per l'anno 2013

Corso di Neigong Tui Na in un'ottica di Medicina Integrata

Date e programma: tutte le lezioni si svolgeranno il sabato, con date aggiuntive di domenica solo in occasione della presenza del maestro Wang per approfondimento intensivo.
9:00-12:00 mattino
14:00-17:00 pomeriggio.
Pausa pranzo, 2 ore, pasto non incluso nella giornata.

1° giornata: **09 Febbraio 2013**

Docenti: Li Pira, Gandini, Jurisic

Programma: ## Principi di medicina integrata
Anatomia funzionale del sistema neurologico somatico ed autonomo

Punti di collegamento filosofico tra tui na e medicina occidentale

Introduzione al Neigong (Qigong): allineamento verticale e corrispondenze energetiche comparate alla medicina tradizionale cinese; il respiro e le influenze (comprendere le differenze fra il respiro fisiologico ed il respiro energetico); primi fondamenti per la pratica dell'automassaggio e prima mappa anatomica della MTC;

Introduzione al trattamento Tuina: 1° tecnica di utilizzo per il trattamento generale "guen fa", apprendimento, pratica ed approfondimento. Principi etici e psichici per un buon approccio al ricevente (postura, atteggiamento, tocco, sensazioni).

Introduzione alla pratica del Taijiquan: il movimento come concetto di energia che scorre; la prima forza "shang/xia" esercizi fondamentali di forma breve.

2° giornata:

09 Marzo 2013

Docenti:

Li Pira, Gandini, Jurisic

Programma:

Anatomia muscolo scheletrica di posture funzionali, basi di analisi logica per diagnosi di disturbi posturali

Introduzione teorica allo Yin/Yang e pratica del Doyin Qigong: statico e dinamico; vuoto e pieno; concentrato ed espanso. Manovre distensive per l'apertura e la scioltezza dei flussi nei meridiani (da eseguire a due).

Tuina: "guen fa" per il trattamento della regione del dorso e 9 delle gambe (specializzazione della tecnica attraverso la capacità di seguire il corpo) per sciogliere le tensioni muscolari.

Taijiquan: Il movimento dell'energia trasversale "zuo/you".

3° e 4° giornata:

06-07 Aprile 2013

Docente:

Wang

Programma:

Neigong: Introduzione al Qigong terapeutico (la sequenza per il mantenimento dei flussi energetici nei 14 meridiani).

Tuina: Introduzione alla MTC; approfondimento della tecnica "guenfa" ed applicazione al trattamento sul corpo. Introduzione alla tecnica puntiforme "yizhizhang"; trattamento completo sulla testa;

Taijiquan: inizio dello studio sulla forma; introduzione ai principi filosofici

5° giornata: **19 Maggio 2013**

Docenti: Li Pira, Gandini

Programma: ##Medicina delle emozioni

Neigong: *I tre focolari energetici e la loro attivazione; le tre radici dell'energia ed il loro controllo; ripetizione della sequenza del Qigong terapeutico (la sequenza per il mantenimento dei flussi energetici nei 14 meridiani).*

Tuina: *Trattamento generale di Tuina con l'utilizzo delle due tecniche "guenfa" e "yizhizhang";*

Taijiquan: *Ripasso della sequenza di studio pratico; i cinque cardini applicativi dello studio del Taijiquan*

6° giornata: **15 Giugno 2013**

Docenti: Li Pira, Jurisic, Gandini

Programma: ##Approfondimento di medicina integrata delle emozioni

Neigong: *Approfondimento della sequenza del Qigong terapeutico (la sequenza per il mantenimento dei flussi energetici nei 14 meridiani); contenuti terapeutici per un utilizzo riabilitativo*

Tuina: *Introduzione ai principi di Yin/Yang e dei cinque elementi; approfondimento del trattamento generale di con l'utilizzo delle due tecniche "guenfa" e "Tuina yizhizhang"; le tre profondità di lavoro del trattamento*

Taijiquan: *Ripasso ed avanzamento della sequenza di studio pratico; presentazione degli otto principi legati alla pratica ed allo studio del Taijiquan*

7° e 8° giornata:

7-8 Settembre 2013

Docenti:

Wang, Gandini, Jurisic

Programma:

##Approfondimento di anatomia occidentale /integrata, primi concetti di anatomopatologia

Neigong: Il mantenimento della condizione energetica nel corpo attraverso una pratica retta ed una retta visione dei principi.

Tuina: Le sei energie; il trattamento per la circolazione periferica e quella profonda (tonificare, disperdere)

Taijiquan: Avanzamento della sequenza di studio pratico; approfondimento degli otto principi legati alla pratica ed allo studio del Taijiquan

9° giornata:

19 Ottobre 2013

Docenti:

Li Pira, Jurisic, Gandini

Programma:

Indicazioni e controindicazioni alla pratica di tui na come terapia, concetti introduttivi.

##Lezione di medicina integrata e medicina tradizionale cinese, termini di confronto ed applicabilità terapeutica

Neigong: Introduzione alla meditazione come mezzo per permeare il corpo

Tuina: Le sei energie; il trattamento per la circolazione periferica e quella profonda (tonificare, disperdere);

Taijiquan: Avanzamento della sequenza di studio pratico; approfondimento degli otto principi legati alla pratica ed allo studio del Taijiquan

10° giornata:

23 Novembre 2013

Docenti:

Wang, Li Pira, Gandini, Jurisic

Programma:

Basi di anatomia e fisiologia di medicina integrata, ripasso ed approfondimento.

***Neigong:** La respirazione pre-natale e quella post-natale: fisiologia e metodo; ripasso delle tematiche legate alla pratica*

***Tuina:** finalizzazioni del trattamento generale e verifiche*

***Taijiquan:** ripasso per il mantenimento pratico e indicazioni generali*

VERIFICA GENERALE (nella fine serata; oppure la mattina dopo)