

PROGRAMMA PRIMO ANNO

la struttura



week-end 1 **Massaggio rilassante antistress**
Manualità fondamentale e massima efficacia attraverso il contatto e la gestione della presenza. Il segreto del massaggio antistress è la gestione del corpo e della presenza da parte dell'operatore per indurre un rilassamento profondo senza applicare nessuno sforzo.

week-end 2 **Trattamento decontratturante miofasciale**
Il trattamento agisce in profondità, sulla fascia del muscolo e sul tessuto connettivale resistente che riveste i ventri muscolari, unendoli l'un l'altro e permettendone il reciproco scorrimento. Le fasce di connettivo resistente superficiali e profonde si estendono ininterrottamente dalla testa alla punta delle dita del piede. Chi fornisce e chi riceve il trattamento entrano in comunicazione empatica e si viene a creare una sorta di "dialogo con il tessuto".

week-end 3 **Anatomia e fisiologia applicati al massaggio**
Il modulo è specifico per operatori del massaggio olistico, fornisce le basi fondamentali di anatomia e fisiologia dell'apparato muscolo-scheletrico con un approccio innovativo ed esperienziale. Oltre alla parte didattico-teorica, il modulo prevede esercizi pratici per apprendere e consolidare le informazioni tecniche.

week-end 4 **Gestione del punto di massima e minima pressione**
Il modulo fornisce la consapevolezza del tocco e la capacità di modulare perfettamente la pressione per stimolare la vitalità insita nel tessuto. Si studia il principio di pressione ripreso dallo shiatsu e il principio "opposto" ripreso dalla legge del riflesso miotattico inverso.

week-end 5 **Trattamento del tratto lombosacrale, della spalla**
Si apprendono manualità di "inibizione diretta in barriera" che agevolano il rilascio muscolotendineo. Oltre alla tecnica si fa esperienza del livello di attenzione e di ascolto che agevola il rilascio tensionale.
Si lavorerà in maniera più specifica il tratto lombosacrale, cervicodorsale e spalla.

week-end 6 **Diaframma e Sintesi 1**
Si studiano anatomia, fisiologia, i significati somatopsichici del diaframma respiratorio e le sue relazioni con il tratto cervicale e lombare. Si apprendono le modalità di detensione del diaframma.
Il week-end è inoltre dedicato a una prima sintesi delle tecniche fin qui apprese, tramite l'impostazione di sequenze coerenti di trattamento.

week-end 7 **Trattamento dell'arto inferiore e arto superiore**
Si tratta di un modulo altamente tecnico, in cui si apprendono manualità specifiche per rendere fluide le articolazioni dell'arto inferiore, dell'arto superiore e del cingolo scapolo-omerale. Le manualità mirano a liberare e riarmonizzare il movimento attraverso il rilascio di tensioni e di blocchi articolari.

week-end 8 **Craniosacrale e sviluppo della sensibilità empatica**
Vengono introdotti i principi alla base della "metodologia craniosacrale" e il concetto di movimento respiratorio primario, come origine e monitor della vitalità. Si studiano anatomia delle giunture del cranio e tecniche di riequilibrio. Il modulo ha inoltre i seguenti focus:
- l'attitudine: come porsi nei confronti di una persona che chiede aiuto attraverso il contatto;
- la sensibilità empatica: spostare il proprio punto di vista ponendosi nei panni dell'altro;
- l'apprezzamento: ampliare e valorizzare le proprie capacità di gratitudine, entusiasmo e stato di quiete.

PROGRAMMA SECONDO ANNO

l'energia



week-end 9 **Struttura sacro-iliaca-occipitale**
Il modulo è dedicato al core e alla stabilità del centro. Si studiano le relazioni e la connessione durale tra osso, sacro-iliaci e occipite e si apprendono strategie di bilanciamento per ricreare un equilibrio funzionale e posturale a partire dall'asse centrale del corpo.

week-end 10 **L'attenzione divisa - livelli di attenzione e focus**
Il modulo è incentrato sulla conoscenza e l'apprendimento di diversi livelli di attenzione che l'operatore deve consapevolizzare. Lo sviluppo dell'attenzione divisa diventa elemento fondamentale nella metodologia, per porsi in un punto di osservazione neutro e privilegiato. Si eseguono tecniche di bit (bilanciamento legamentoso tensionale) con attenzione divisa.

week-end 11 **Trattamento della schiena e colonna vertebrale**
Il modulo prevede l'incremento del livello di sensibilità palpatoria e precisione dell'operatore. Si approfondisce lo studio della biomeccanica e del sistema dei metameri della colonna vertebrale. Si eseguono tecniche di massaggio dirette e di bilanciamento della struttura muscoloscheletrica.

week-end 12 **L'addome in campo viscerale**
In questo modulo si mette in relazione la componente viscerale con la parte somatica e la struttura osteomuscolare. Si apprendono conoscenze e tecniche per migliorare la motilità viscerale e agevolare il rilascio tensionale a livello della muscolatura viscerale profonda.

week-end 13 **Test energetico legato alla MTC (Medicina Tradizionale Cinese)**
Il modulo prevede lo studio dei 5 centri energetici del corpo secondo la visione taoista e la loro relazione con le 5 logge della Medicina Tradizionale Cinese. Si imposta un test fondamentale di valutazione energetica dei 5 centri.

week-end 14 **Test di valutazione muscoloscheletrici, inquadramento del Metodo Elitropia**
I test di valutazione rappresentano uno strumento per avere una maggiore consapevolezza e comprensione della situazione in cui si trova la persona e per impostare in maniera adeguata il trattamento. Si affina l'inquadramento del Metodo Elitropia e l'acquisizione di un modello sinergico relazionale.

week-end 15 **Anatomia e fisiologia in relazione all'MTC e meridiani tendino-muscolari**
Il modulo prevede lo studio dei meridiani tendinomuscolari della MTC e la loro relazione con le catene muscolari. Si apprendono metodologie atte a liberare l'intero passaggio di informazione lungo il meridiano.

week-end 16 **Craniosacrale 2 e impostazione Metodo Elitropia**
L'impostazione del Metodo Elitropia si basa su Tecnica, Presenza e Ascolto, ed esige abilità tecniche e manuali così come la maturità di gestire in modo adeguato strumenti di valutazione e di comunicazione. L'operatore è in grado di trovare la chiave per eseguire un trattamento efficace a stimolare la vitalità e migliorare lo stato di benessere della persona.
Grazie alla metodologia, l'operatore può creare il proprio trattamento adatto alla situazione.



PROGRAMMA TERZO ANNO

la relazione

Il terzo anno è dedicato alla sintesi della didattica del biennio precedente, al fine di creare una sinergia tra i principi, gli argomenti e le tecniche apprese. Si porrà inoltre attenzione allo sviluppo della tecnica personale, all'espressione della creatività e all'approfondimento delle qualità dell'operatore e della sua sensibilità empatica.

week-end 17 **Approccio alla motilità embrionale**
Il modulo è dedicato alla percezione delle linee di forza embrionali attive fin dal momento dello sviluppo dell'embrione. Si imposta la modalità di valutazione, ascolto e trattamento delle linee embrionali e si studiano i 5 diaframmi del corpo.

week-end 18 **Riflessologia plantare olistica**
Con il modulo si apprendono la mappa dei punti riflessi, l'inquadramento dei 5 elementi della medicina cinese, i principi cardine e la tecnica. Si impostano trattamenti di valutazione e riequilibrio di base.
La riflessologia plantare, attraverso la stimolazione di precisi punti o zone del piede, agisce sugli organi e sulle aree del corpo corrispondenti, dal punto di vista fisico, energetico e psicosomatico.

week-end 19 **Metodologia del trattamento loggia Acqua (rene e vescica)**

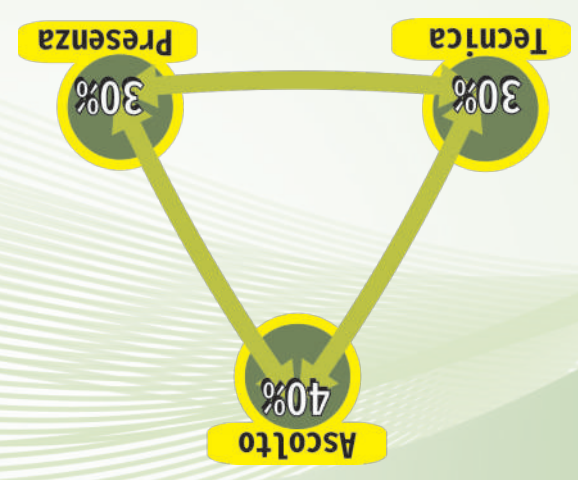
week-end 20 **Metodologia del trattamento loggia Legno (fegato e vescica biliare) e loggia Terra (Milza-Pancreas-Stomaco)**

week-end 21 **Metodologia del trattamento loggia Metallo (Polmone/grosso Intestino) e loggia Fuoco (Cuore-piccolo intestino)**
Si approfondiscono l'inquadramento della loggia e la sua implicazione nel trattamento. In una visione integrata vengono trattati i seguenti aspetti: viscere, organo e relative innervazioni, meridiani della MTC, motilità embrionale, sistema fasciale, zone riflesse, quadri di interessamento della loggia.

week-end 22 **Le emozioni in relazione alla MTC. Comunicazione empatica**
Il modulo prevede lo studio delle 5 logge della MCT con la visione energetica e delle emozioni correlate. Si lavora in modo interattivo per migliorare e sviluppare le capacità di comunicazione empatica e verbale.

week-end 23 **Massaggio armonico californiano**
Si apprende una particolare tecnica atta a risvegliare i ricettori del corpo. Il massaggio è utile per coloro che hanno avuto forti stress emotivi o che hanno subito traumi; si utilizza un contatto delicato, a sfioramento, fluido, lento e armonico.

week-end 24 **Elitropia libera energia - Massaggio fluidico**
Il modulo prevede l'approfondimento, l'utilizzo e l'ampliamento dell'intuizione svincolata dagli schemi appresi in precedenza, al fine di creare la propria personale strategia di trattamento manuale.



IL METODO

Il Metodo Elitropia è una sintesi efficace e attuale di antiche filosofie orientali e tecniche corporee moderne fuse attraverso l'ascolto e l'attenta presenza dell'operatore. Il metodo unico di trattamento proposto ha un'azione profondamente riequilibrante sul sistema neurovegetativo ed è particolarmente efficace per sciogliere tensioni muscolari, articolari e viscerali, legate allo stress.

Col Metodo Elitropia si apprende a stimolare in modo profondo la vitalità insita in ogni individuo al fine di innescare e agevolare la capacità di autocorrezione.

Il Metodo Elitropia si basa sui tre principi di **Tecnica, Presenza e Ascolto.**

LA SCUOLA

«C'è chi la poesia la recita a memoria e chi poesia lo diventa»

La nostra scuola per **Operatori in Tecniche Manuali Olistiche arti e dei mestieri** per rendere unico il tuo lavoro.

ITER FORMATIVO

Ogni annualità è composta da 8 week end + 40 ore di tirocinio. Il percorso triennale prevede 24 week end = 384 ore di formazione in aula + 120 ore di tirocinio organizzate dalla scuola.

Al termine di ogni anno formativo verrà rilasciato un attestato di formazione.

Primo anno: attestato di formazione Elitropia e di primario ente di promozione sportiva*.

Biennio: diploma nazionale di Operatore del massaggio olistico 1° livello*.

Triennio: diploma nazionale di Operatore olistico*.

(*)rilasciato da primario ente di promozione sportiva riconosciuto CONI.

Disposizioni in materia di professioni non organizzate Legge n. 4 del 2013

La formazione triennale Elitropia rispetta i piani formativi per Operatori Discipline Bio-Naturali, definiti dal Comitato Tecnico in attuazione della L. Reg. Lombardia 2/2005 "Norme in materia di discipline Bio-naturali" e permette di ottenere i requisiti necessari a diventare Operatore in Tecniche Manuali Olistiche.



Richiedi il tuo colloquio personalizzato



Contatti:
 via Zuccoli, 19 - 20125 Milano
 MM3 Sondrio - MM2 Centrale - MM1 Pasteur
 Tel: 0236637697 - Cell: 3486834555
 info@elitropia.com - www.elitropia.com

Ente Membro
 Comitato Tecnico Scientifico
 Discipline Bio Naturali Reg. Lombardia
 Legge Regionale n. 2/2005

Scuola di formazione professionale in Tecniche Manuali Olistiche Primi nell'Osteomassaggio