

## **Descrizione dei singoli Corsi**

### **Stress Release I & II – Vincere lo Stress (Successo oltre Distress)**

**Prerequisiti: nessuno - Ore/Giorni: 16 ore/2 giorno**

In questo seminario analizzeremo in dettaglio: gli effetti fisici ed emotivi - mentali dello stress e come utilizzare il test muscolare per identificare ciò che sta creando difficoltà per voi. Imparerete le tecniche che vi permetteranno di rilasciare in modo efficace gli effetti dello stress che trattengono lo sviluppo fisico, emotivo e mentale, rimuovere l'ansia da prestazione prima di un discorso, una presentazione o un esame, accedere e disinnescare le memorie dello stress associato a un evento luttuoso, il test per verificare e correggere dei conflitti tra emisfero destro e sinistro del cervello; integrare le modalità di rilasciare ulteriori livelli ancora più profondi di stress; c'è ancora di più, identificare e rilasciare i blocchi alla perdita di peso con successo, cambiare abitudini, guarire dalla malattia, una migliore immagine di sé e di benessere finanziario.

Troverete nuovi metodi aggiuntivi per disinnescare lo stress ed eliminare le abitudini negative, comprese le tecniche che vi permetteranno di attingere e riprogrammare il subconscio; disinnescare rapidamente gli stati emotivi negativi, assicurarsi che il cambiamento desiderato è opportuno, trovare ed eliminare i blocchi per raggiungere i vostri obiettivi, aiutare se stessi e altri a porre fine alla procrastinazione; gestire il tempo con sapienza e efficacia, rilasciare la tensione di rilascio del collo, spalle e schiena attraverso semplici esercizi.

### **Life Managent – Gestione della Vita**

**Prerequisiti: nessuno - Ore/Giorni: 16 ore/2 giorno**

Seminario aperto a tutte le persone che ambiscono dare uno scopo alla propria vita ed orientarla verso il successo. Esso è un approccio pratico al successivo passo di "Stress Release 1 & 2 - Vincere lo stress".

In questo incontro saranno presi in considerazione gli obiettivi e le impostazioni con lo scopo di avere "successo nella vita". Identificare e promuovere lo "stato mentale di crescita", i valori, la missione, i sogni, le strategie e la pianificazione vincente da inserire nella propria vita come comportamenti ed abitudini di successo.

Evidenziare e disinnescare lo "stato mentale fissato", il perfezionismo, le strategie e le modalità di auto sconfitta a cui non dare priorità da abbandonare che portano all'insuccesso ed ad essere perdenti.

Parleremo della gestione del tempo, valori, procrastinazione, l'uso delle affermazioni, il principio di "Pareto", la "Legge di Parkinson" e tante altre cose che spianeranno la strada per una vita fatta di cambiamenti gestiti in modo appropriato.

### **Semplice metodo per alleviare mal di testa ed il dolore al collo**

**Prerequisiti: nessuno - Ore/Giorni: 4 ore/ 1/2 giornata**

Approfondire il concetto di contrapposte debolezze muscolari come causa del dolore, mal di spalle, dolore alla parte posteriore del collo, mal di testa da tensione.

Confrontare il modello medico con un modello che giustifica la causa immediata e la vera causa della maggioranza del mal di testa da tensione, l'uso del BioFeedback o "Test muscolare" del Gran Pettorale Clavicolare e la sfida fisica ed emozionale.

Il triangolo della salute con i suoi riferimenti Mentale/Emozionale, Biochimico e Strutturale dei muscoli che causano il mal di testa da tensione. Come applicare le metodiche apprese finora per avere una azione sinergica ed integrata su un lavoro efficace.

### **Usare la digitopressione per alleviare il disagio fisico**

**Prerequisiti: nessuno - Ore/Giorni: 4 ore/ ½ giornata**

Fare la differenza tra Origine ed inserzione dei muscoli e il massaggio delle linee di flusso, cosa sono come si usano. Visone accurate del test/monitoraggio muscolare come biofeedback sui muscoli Deltoide Anteriore, Deltoide Medio, Tecniche per bilanciarli, due modalità veloci per determinare se i muscoli sono nel giusto equilibrio (Sfida Fisica, Sfida del Meridiano Centrale).

I punti di digitopressione e loro locazione sul corpo per alleviare: i sintomi di sensibilità (Sensitività), Il Disagio tipico della Sciatica, il disagio addominale, Il Disagio localizzato nella parte bassa della schiena

### **Disinnescare Emozioni Bloccanti (Stress Release 3)**

**Prerequisiti: Stress Release 1 & 2 - Tempo: 8 ore/1 giorno**

Se da un lato emozioni come paura, dolore e rabbia sono adeguati, dall'altro a volte diventano bloccati danno luogo a condizioni che aggravano il peso emotivo come fobie, ansia, depressione e ostilità. S'inizia osservando il modello Callahan e come esso supporti stati di fobie, ansia e dipendenze. È mostrato come, usando i modelli energetici riferiti alla legge dei cinque elementi, diventa possibile espandere il modello di sblocco coprendo altri stati emotivi bloccati come collera, rabbia, ostilità, imbarazzo, dolore, solitudine e depressione.

### **Plessi Nervosi - Centri di energia (chakra)**

**Prerequisiti: Stress Release 1 & 2 - Ore/Giorni: 8 ore/1 giorno**

Quali sono i centri di energia? Come faccio a sapere che non sono in equilibrio ? Nuove informazioni su come individuare i centri di energia (chakra), equilibrarli tramite le emozioni e le varie correzioni come i riflessi dei piedi, i punti di digitopressione, il massaggio alla testa e i riflessi auricolari.

### **Lavorare con le emozioni (Stress Release 4)**

**Prerequisiti: SR 1-3, TFH 1 (e preferibilmente 2) - Tempo: 16 ore / 2 giorni**

Sono appresi i punti riflessi degli organi sul corpo per rintracciare emozioni e squilibri specifici. Essi sono connessi a Venti meridiani energetici principali e ai 4 Sistemi Principali del corpo il tutto attraverso i famosi LAN ed apprenderete come lavorarli con le emozioni positive e negative della biokinesiologia per riportarli in equilibrio. Sono inclusi anche: la modalità di lavoro con le emozioni per eliminare il dolore, l'uso del test in gamma 1 e gamma 2 per un più accurato controllo muscolare, tre diversi modi di stabilire la modalità della priorità, come mettere sotto stress il corpo con i famosi punti di cambio.

## **Esercizi Biocinetici 1/2**

**Prerequisiti: Touch for Health 3 Ore/Giorni: 16 ore/1 giorno**

Scopri come imparare facilmente a dare potenza ai muscoli ipotonici o ipertonici con gli esercizi di equilibrio biocinetico, diminuire il dolore alla schiena, al collo e la tensione delle spalle. I 16 esercizi biocinetici per i muscoli utilizzati in Touch for Health 1 ®. Utilizzare il test muscolare per individuare la posizione e il tempo ottimale per l'uso e durata di ogni esercizio. Dare potenza ai muscoli ipotonici o ipertonici con gli esercizi di equilibrio biocinetico, ulteriori esercizi biocinetici per i muscoli utilizzati in Touch for Health 2/3® e altri muscoli.

## **Sensibilità Alimentare (Test Nutrizionale)**

**Prerequisiti: S 1-3, TFH 1 (preferibilmente 2) - Tempo: 16 ore/2 giorni**

Apprendere come determinare la propria sensibilità alimentare verso quelle sostanze nutritive che aiutano il corpo a ritrovare un equilibrio più generale e in particolare. Determinare se il corpo è in grado di gestire tali nutrienti e come soddisfare le esigenze nutrizionali prioritarie. Aiuta anche a capire meglio perché certi alimenti non vanno bene per noi dal punto di vista energetico e come rimediare a tale inconveniente. Test per la qualità dell'aria, la tossicità e altro ancora.

## **Insofferenza verso il Self/non Self riconosciuto (Allergie)**

**Prerequisiti: S.R. 1-3, TFH 1 (preferibilmente 2) - Tempo: 16 ore/2 giorni**

In questo seminario apprendere ben sei modi diversi per identificare alimenti, nutrienti e fattori ambientali cui siamo sensibili e che ci privano d'energia, quali sono le tecniche che ci aiuteranno ad alleviare tale sensibilità e in che modo detossificarsi. Quindi identificare le principali cause, come isolarle e com'è possibile affrontarli. Apprenderemo otto metodi per l'equilibrio.

## **Otto Meridiani Extra**

**Prerequisiti: SR 1-3, TFH 1-3, E.B. 1-2 - Tempo: 24 ore/3 giorni**

I Cinesi riconoscono 20 meridiani principali – i 12 Meridiani Regolari con cui lavoriamo nella Ruota e gli otto meridiani extra. In Touch for Health lavoriamo con due di questi, il Meridiano Centrale e il Meridiano Governatore. Gli altri sei non sono altrettanto conosciuti poiché non hanno percorso e punti propri ma li condividono con gli altri 14 meridiani che li attraversano. Eppure sono molto importanti. I Cinesi credono che gli otto meridiani extra si sviluppino nel feto prima dei 12 Meridiani Regolari e che sono riserve di quella energia che viene intrappolata quando si sviluppa un qualsiasi squilibrio nei 12 Meridiani Regolari. Pertanto se manteniamo gli otto meridiani extra in equilibrio, manterremo anche tutti i 20 meridiani in equilibrio. La ricerca in Biokinesiologia correla questi meridiani agli organi tipo l'ipotalamo, l'ipofisi anteriore e posteriore, la ghiandola pineale e il timo che aiutano a regolare molte delle funzioni di altri organi.

In questo workshop impareremo a usare 35 test muscolari che si rapportano agli otto meridiani extra. Le procedure per riequilibrare includono: punti neurolinfatici e neurovascolari, massaggio del meridiano, riflessi spinali, specifici nutrienti, esercizi biocinetici, punti di agopressione (Punti Chiave e Punti Accoppiati) ed emozioni. Alla fine di questo workshop sarete in grado di equilibrare i muscoli specifici per portare armonia a particolari parti del

corpo, riequilibrare otto muscoli indicatori per gli otto meridiani extra usando correzioni allo stesso modo del Touch for Health, riequilibrare tutti gli otto meridiani usando punti di agopressione (Chiave, Accoppiati e il loro rapporto con i Meridiani Centrale e Governatore). Ulteriori tecniche che imparerete: essere in grado di identificare velocemente quale meridiano è associato ad un determinato muscolo, come determinare se un punto di agopuntura sarà utile, come usare i polsi per determinare squilibri negli otto meridiani extra, tutte queste correzioni avranno molte applicazioni con il vostro lavoro kinesiologico. Il workshop sugli otto meridiani extra è un'aggiunta naturale alle vostre conoscenze di Touch for Health e v'introdurrà ad alcune procedure di Biokinesiologia, e metodi per lavorare con le emozioni della Wellness Kinesiology (kinesiologia del benessere).

### **Perdita di peso**

**Prerequisiti: S.R. 1-2 - Tempo: 16 ore/2 giorno**

Apprendere gli elementi nascosti che impediscono alle persone di perdere peso. Capire perché, nella nostra moderna cultura, quasi tutte le persone che voglio perdere peso fanno ogni giorno tre cose che in realtà promuovono il peso. Perché le persone mangiano quando non hanno fame? Imparare le tecniche base che si applicano in kinesiologia per aiutare a perdere peso e individuare adeguate cambiamenti dietetici.

### **Superare le avversità**

**Prerequisiti: Stress Release 1 - Tempo: 16 ore/2 giorni**

Il singolo fattore più importante per determinare se vi ammalate o rimanere in buona salute è la tua personalità. In questo seminario vedremo le caratteristiche di persone che gestiscono con semplicità lo stress, le caratteristiche della flessibilità, il sistema immunitario di personalità competenti, ed altro proprio per trovare le regole che aumentano la capacità di gestire lo stress, tenere alto e/o innalzare il livello energetico di tutti i sistemi e migliorare la salute. Questo è un seminario che vi offre tante opportunità per la crescita personale!

### **Superamento delle Inutili Addizioni (Dipendenze)**

**Prerequisiti: S.R. 1-2 - Tempo: 16 ore/2 giorni**

Come individuare le cause nascoste d'inutili addizioni, voglie alimentari ed eccesso di cibo. Apprenderete tecniche specifiche per smettere di fumare e porre fine a inutili dipendenze come zucchero, caffeina, cioccolato, alcool e calmanti. Individuare le emozioni legati alle diverse sostanze, come prevenire l'aumento di peso nei soggetti che smettono di fumare e affrontare l'ansia sottostante tali squilibri. Prevenire le crisi e la ricaduta in modelli mentali negativi.

### **Disinnescare i tratti Negativi della Personalità.**

**Prerequisiti: S.R. 1-4, TFH 1- 2 - Tempo: 24 ore/3 giorni**

In questo seminario scoprirete i 7 modi principali con cui le persone acquisiscono convinzioni limitanti (o "tratti di personalità") che limitano i cambiamenti dello "Stile di Vita". Nuove informazioni su come alcune di queste credenze ci rendono più vulnerabili a tendenze come: paure del futuro, sovrappeso, difficoltà di apprendimento, abitudini di vita sbagliate e a errori

alimentari. Come determinare quali sono le vostre credenze limitanti e come possiamo cambiarle riscrivendo la nostra vita su altri modi di credere che aprano orizzonti ancora non esplorati.

### **Lavoro Emotivo Avanzato - LEA**

**Prerequisiti: Tratti della personalità - Tempo: 16 ore/2 giorni**

Le due mentalità “fissata e crescita”, reincorniciare standard elevati, portare allo scoperto i vantaggi che traiamo dalle nostre dipendenze, caratteristiche e cause delle persone che hanno un “Rovesciamento massivo”, imparare le lezioni e sviluppare intenti positivi non più legati a vecchie credenze limitanti, come ci costruiamo da piccoli. Inoltre vedremo il “Libro delle credenze”, cosa hanno in comune le credenze limitanti, le opinioni che creano blocchi nell’infanzia, fare una cancellazione e riprogrammare definitivamente un tratto della personalità. Impareremo ad usare il *Quicker Ready Reference* del *Biokinesiology Workbook* oltre a definire le malattie di natura spirituale che sono connesse alle emozioni LAN.

### **Apparato Digerente**

**Prerequisiti: SR 1-4, T.N., TFH 1 (preferibilmente anche il 2), Allergie**

**Tempo: 16 ore/2 giorni**

Esploreremo il tratto gastrointestinale da cima a fondo guardando a come dovrebbe funzionare, e alcuni modi comuni di cattivo funzionamento: pH, anemia, parassiti e scopriremo un sacco di cose interessanti. Questo seminario è una modalità di esplorazione di tutto il materiale della WK, riferita ad un sistema.

### **Biokinesologia Avanzata**

**Prerequisiti: allergie, 8 curiosi, LEA.**

**Tempo: 16 ore / 2 giorni**

Lavorare con i punti famosi LAN, trovare velocemente il punto principale di riferimento, come collegare quest'ultimo ad allergie e tessuti specifici, inoltre avremo delle procedure di verifica per: - squilibrio linfatico, denti, dischi, ossa, mucose & periostio.

## **Altri seminari**

### **Comprendere la personalità <sup>TM</sup>**

**Prerequisiti: Stress Release 1 & 2 - Tempo: 8 ore/1 giorno**

Imparare a riconoscere i tratti fondamentali della personalità che sottendono l'atteggiamento normale, come predire gli atteggiamenti futuri, perché certe situazioni sono stressanti e altri meno, come ad avere più successo nella vita e imparare a comunicare in modo più efficace. Comprendere come l'ordine di nascita può influenzare la propria personalità, individuare la personalità che consente di fare del business e molto di più.

### **I primi 10 fattori scatenanti il dolore**

**Prerequisiti: nessuno. - Tempo: 8 ore/1 giorni**

Un seminario pratico e applicativo che integra kinesiologia, Touch for Health, digitopressione, polarità, musica e massaggi. Per il laico, questo seminario, fornisce semplici ed efficaci tecniche di auto-aiuto che riducono lo stress del sistema corpo/mente e aiuta a migliorare la funzione del sistema immunitario. Per il professionista della salute, in particolare per massaggiatori, questa classe offre una varietà di tecniche di benefici che possono essere facilmente integrati con la pratica per portare benefici aggiunti ai clienti. Imparare il massaggio dei meridiani, le tecniche di bilanciamento neuro linfatiche, neurovascolari e neuromuscolare, massaggio "punta brasiliana", e altro ancora.