

## Perché scegliere di frequentare la scuola di HO SHA DO?

HO SHA DO è la prima scuola di Shiatsu a Bergamo dal 1986 e quest'anno compie 25 anni, durante i quali ha formato centinaia di Operatori, avvalendosi dell'esperienza diretta della tradizione sotto la guida del M° Achille Francese allievo diretto di Yuji Yahiro, colui che introdusse in Italia lo Shiatsu negli anni 70 e di Franco Pasi, Direttore Didattico con 30 anni di ricerca in Italia e in Oriente, attuale Presidente di ASSI l'Associazione delle Scuole di Shiatsu Italiane e membro del coordinamento dello Shiatsu Italiano e delle DBN Discipline Bionaturali.

Una Scuola che custodisce gelosamente la tradizione, che lavora per l'innalzamento qualitativo e per il riconoscimento dello Shiatsu in Italia.

*Una Scuola che garantisce ai propri allievi il più alto livello qualitativo e formativo.*

Iscrivetevi su facebook al gruppo Hoshado Shiatsu

## Cos'è lo Shiatsu?

Lo Shiatsu è una pratica manuale che, tramite precise modalità di pressione esercitate sul corpo, ha l'obiettivo di stimolare le risorse vitali in ogni individuo.

Quali sono i "pilastri" su cui si fonda lo Shiatsu?

- 1) Una pressione rilassata e profonda lungo i "meridiani (canali energetici) che scorrono nel nostro corpo.
- 2) Il ribilanciamento, attraverso la pressione, dell'energia che scorre nel nostro corpo.
- 3) La valutazione energetica di "hara" (zona della pancia) e della schiena dove vi è eccesso o carenza di Energia. Lo Shiatsu si occupa delle condizioni di salute o di disagio...è estraneo ai concetti di "malattia" e "terapia"...