Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

SCUOLA DI FORMAZIONE ELITROPIA

Operatore in tecniche manuali olistiche - Aree benessere e olistica
Percorso completo e integrato di tecniche di osteomassaggio con ottenimento del diploma nazionale rilasciato da CSEN/ente riconosciuto CONI e requisiti Operatore DBN

PROGRAMMA DEL TRIENNIO

Monte ore: 384 ore (week end) + 90 ore di tirocinio

Si tratta di un **percorso mirato, studiato passo a passo per permettere all'operatore** di sviluppare competenze personali e professionali con le quali eseguire trattamenti che uniscono il rilassamento e i benefici del massaggio all'efficacia di manualità specifiche che agevolano il **rilascio di tensioni corporee.** Il metodo di trattamento, oggetto del corso, rappresenta **una sintesi efficace e attuale di antiche filosofie orientali, tecniche corporee moderne e lo studio dell'essere umano nella sua globalità.**

Il metodo Elitropia si basa sui tre principi di **Tecnica, Presenza e Ascolto** che rappresentano un vero e proprio portale di accesso alla conoscenza dell'arte de l massaggio. Attraverso il metodo proposto si apprendono tecniche specifiche, **conoscenze fondamentali nell'ambito dell'anatomia e della fisiologia e** si approfondiscono strumenti e attitudini peculiari allo scopo di prendersi cura della persona per accompagnarla a ristabilire una **comunicazione profonda con se stessa.** Il trattamento mira a **stimolare la vitalità** insita in ogni individuo al fine di favorire il benessere psicofisico e la **capacità di autocorrezione.**



LA SCUOLA

Il percorso di formazione in osteomassaggio metodo Elitropia si modula su diversi livelli di formazione e prevede:
primo anno: 8 week end fondamentali - 128 ore + 30 tirocinio
secondo anno: 8 week end di approfondimento - 128 ore + 30 tirocinio
terzo anno: 8 week end di approfondimento e specializzazione - 128 ore + 30 tirocinio

Al termine del biennio si può sostenere l'esame per l'ottenimento del diploma e patentino nazionale di operatore del massaggio area olistica e benessere (settore discipline bionaturali) rilasciato da CSEN/ente di promozione riconosciuto CONI.

Al termine del triennio l'operatore avrà inoltre tutti i requisiti necessari per diventare Operatore DBN. Il percorso rispetta i piani formativi per Operatori DBN definiti dal Comitato Tecnico in attuazione della L. Reg. Lombardia 2/2005 "Norme in materia di discipline Bio-naturali".

Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

INQUADRAMENTO GENERALE DEL PIANO FORMATIVO

La didattica del corso si sviluppa nelle seguenti macro aree di interesse.

Anatomia:
apparato muscolo-scheletrico;
visione globale organi e visceri;
sistema venoso, arterioso, linfatico;
sistema nervoso.

Traumatologia e fisiologia, concetti base:
arto inferiore, arto superiore torace, tratto cervicale
fisiologia e patologia degli apparati digerente, respiratorio, circolatorio, urogenitale ed endocrino.

Tecniche manuali:
tecniche di massaggio antistress base; trattamento miofasciale superficiale e profondo; drenaggio emolinfatico arto superiore, arto inferiore, addome; trattamento decontratturante dorsale lombare; trattamento specifico di rilassamento cervicale e cefalee; basi di reflessologia del piede e del viso; trattamento manuale viscerale: drenaggio olistico organi emuntori.

Discipline manuali trattate durante il percorso:
il metodo di trattamento oggetto del corso rappresenta una sintesi efficace e attuale di antiche filosofie orientali, tecniche corporee moderne e lo studio dell'essere umano nella sua globalità. Le tecniche eseguite sono riprese da una serie di discipline tra cui: Shiatsu, massaggio olistico, massaggio antistress, reflessologia del piede, reflessologia del viso, tecniche di cranio sacrale, orthobionomy, massaggio decontratturante, massaggio connettivale, massaggio miofasciale, osteopatia etnica, massaggio cinese, ayurveda, joint release, linfodrenaggio, massaggio mio-rilassante, massaggio circolatorio, trattamento riequilibrante e neuro-rigenerativo, massaggio articolare e reflessologico del piede, massaggio viscerale, massaggio Drenante , Trattamento dei meridiani energetici della medicina cinese, tecniche cranio sacrale e di assestment neurovegetative, massaggio propriocettivo, rieducazione dinamica respiratoria, stretching muscolare, tecniche di rilassamento

Educazione propriocettiva e motoria:
atteggiamento posturale e stati emotivi
schema corporeo;
catene muscolari;
organizzazione dello schema motorio;
dinamica respiratoria nella rieducazione propriocettiva
proposte operative per l'integrazione posturo-cinetica.

Medicina tradizionale cinese e Qi gong:
Il Tao;
lo yin e lo yang;
i 5 movimenti energetici applicati al massaggio;
i 12 meridiani applicati alle catene tendinomuscolari;
esercizi di energetica Qi gong;
applicazione dell'energia nel trattamento olistico;
armonizzazione dei 5 centri.

Cultura ayurvedica:
Inquadramento dei chakra ed integrazione con la visione occidentale

Tecniche di rilassamento e conoscenza corporea:
il sistema mente-corpo;
esercitazione di training autogeno e rilassamento corporeo;
anatomia della mente;
esercizi sulla percezione;
strategie psico corporee per riconoscere ed eliminare tensioni;
anatomia palpatoria attraverso il contatto.

Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

Programma PRIMO ANNO

1° week-end: Massaggio rilassante antistress
Manualità fondamentale e massima efficacia attraverso il contatto.
Il massaggio antistress è inteso come strumento per indurre un rilassamento profondo, rilasciare lo stress, drenare e rigenerare i tessuti e alleviare tensioni muscolari e corporee. Conduce la persona a percepire il proprio corpo e ascoltare le proprie zone d'ombra e di forza. Questo modulo può risultare innovativo anche per persone che già operano nel settore. Durante il week-end si apprendono le tecniche fondamentali e si esegue una sequenza complete rilassante e di massima efficacia (prona e supina), con olio.

2° week-end: Trattamento decontratturante miofasciale
Il massaggio miofasciale è una tecnica che lavora in profondità all'interno del corpo. Agisce sulla fascia del muscolo e sul tessuto connettivale resistente che riveste i ventri muscolari, unendoli l'un l'altro e permettendone il reciproco scorrimento.
Attraverso il metodo proposto da Elitropia, chi fornisce e chi riceve il trattamento entrano in comunicazione empatica e si viene a creare una sorta di "dialogo" con il tessuto. In questo modo è possibile riequilibrare gli squilibri fasciali, migliorare la postura e affrontare dolori muscolo-articolari.

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

4° week-end: Gestione del punto di massima e minima pressione
Il massaggio richiede la consapevolezza del tocco, vale a dire la capacità di modulare perfettamente la pressione per stimolare la vitalità insita nel tessuto. Il week-end prevede nella prima parte una sequenza base di trattamento ripresa dallo shiatsu ed adeguata su lettino per massaggiatori. La seconda parte del corso è dedicata al principio "opposto" e precisamente alla legge del riflesso miotattico inverso: come porsi in ascolto dell'altro attraverso il tocco consapevole, acquisendo la sensibilità di trattare attraverso un grado minimo di pressione

5° week-end: Trattamento del tratto lombosacrale, della spalla e blt
Questo modulo consente di portare l'attenzione da un livello generale a un livello via via più accurato e preciso. Si apprendono manualità di rilascio muscolotendinee che agiscono in modo diretto e puntuale sulle zone del tratto lombosacrale, cervicodorsale e spalla, favorendo la stimolazione della vitalità individuale e l'auto-regolazione. Unitamente si approfondiscono Tecniche blt (bilanciamento tensionale legamentoso) e Tecniche di riequilibrio e assestment neurovegetative per il mantenimento della posizione corretta. Oltre alla pratica, si acquisiscono gli elementi necessari di anatomia teorica e palpatoria.

6° week-end: Diaframma e Sintesi 1
Il modulu accompagna i partecipanti a riflettere su origine e causa del dolore psicofisico e sulla connessione funzionale mente-corpo. Focus del week-end sono la scoperta del diaframma e l'importanza di rilassare e detendere questa zona del corpo. Si studiano l'anatomia, la fisiologia e i significati somatopsichici del diaframma e si apprendono le modalità di detensionamento dello stesso. Il week-end è inoltre dedicato a una prima sintesi delle tecniche fin qui apprese, tramite l'impostazione di sequenze coerenti di trattamento che divengono chiare linee guida.

Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

7° week-end: Trattamento dell'arto inferiore e piede
Si tratta di un modulo altamente tecnico, in cui si apprendono manualità precise per rendere fluide le articolazioni dell'arto inferiore e del piede. Le manualità mirano a riarmonizzare il movimento attraverso il rilascio di tensioni e di blocchi energetici.
L'ultima parte del medulo è dedicata a un approfondimento inerente gli aspetti di etica e legislazione relativi alla professione di Operatore del massaggio.

8° week-end: Craniosacrale e sviluppo della sensibilità empatica
Il modulo pone il focus sui seguenti aspetti:
- l'attitudine: come porsi nei confronti di una persona che chiede aiuto attraverso il contatto;
- lo sviluppo della sensibilità empatica: spostare il proprio punto di vista ponendosi nei panni dell'altro. Vengono introdotti i principi alla base della "metodologia craniosacrale" e il concetto di movimento respiratorio primario, come origine della vitalità.
Si apprendono tecniche di ascolto e di riequilibro delle giunture del sistema craniosacrale, unitamente allo studio degli aspetti primari di anatomia e biomeccanica del cranio.

Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

Programma SECONDO ANNO

9° week-end: Struttura sacro-iliaca-occipitale
Il modulo è dedicato allo studio della riarmonizzazione del centro, ovvero distretto sacro iliaco. Si studiano strategie dolci atte al bilanciamento dell'osso sacro in relazione all'osso iliaco e occipitale che permettono di ricreare un equilibrio funzionale e posturale. Si apprendono manualità efficaci abbinate a manovre dolci di assestment.

10° week-end: Trattamento della schiena e colonna vertebrale
Il modulo prevede l'incremento del livello di sensibilità dell'operatore attraverso il contatto, lo studio e la visualizzazione della biomeccanica della colonna e la ricerca della restrizione a livello delle vertebre. Si eseguono tecniche di massaggio dirette sulla struttura muscolo-scheletrica e test osteomuscolari di esclusione (I parte).

11° week-end: L'attenzione divisa
Il modulo è incentrato sull'ascolto e prevede esercitazioni pratiche sullo sviluppo sensoriale dell'operatore, fino ad esteriorizzare la propria visione. Al trattamento manuale del corpo si unisce la visione della fisica quantistica applicata all'osservatore che modifica l'evento.

12° week-end: L'addome in campo viscerale
In questo modulo si mette in relazione la componente organica con la struttura osteomuscolare, e in particolare si apprendono tecniche atte a liberare la zona addominale, a favorire il movimento fisiologico organico e a migliorare la "comprensione/comunicazione viscerosomatica".
Si approfondisce la connessione tra mente-organi-emozioni attraverso la visione psicosomatica della Medicina Tradizionale Cinese.

13° week-end: Meridiani tendino-muscolari e MTC (Medicina Tradizionale Cinese)
Il modulo prevede lo studio della relazione tra meridiani energetici della MTC e le catene muscolari della visione anatomica occidentale.
Oltre allo studio dei cinque elementi della MTC, ci si concentra sullo sblocco delle linee energetiche di passaggio di informazioni nell'intero sistema.

14° week-end: Bioenergetica craniosacrale II° livello
Il modulo prevede una sintesi dei week-end precedenti al fine di ottenere un modello di trattamento in grado di mettere in relazione il sistema fluidico del ritmo craniosacrale con l'organismo, in modo da individuare le tensioni primarie e agevolare il riequilibrio generale. Si eseguono test osteomuscolari di esclusione (II parte).

15° week end: Anatomia e fisiologia in relazione all'MTC
Il modulo, prevalentemente teorico, è legato allo studio approfondito dell'anatomia funzionale messa in relazione con la visione orientale della MTC.

16° week-end: Impostazione metodo Elitropia
Modulo dedicato a definire il proprio schema di trattamento secondo il portale ATP della metodologia Elitropia.

Elitropia Asd
Via Luciano Zuccoli, 19 - 20125 Milano
C.F. 97629790151 - P.IVA 08491900968
www.elitropia.com – info@elitropia.com

Programma TERZO ANNO

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 propria tecnica personale, all'espressione della propria creatività e all'approfondimento delle qualità dell'operatore e della sua sensibilità empatica.

17° week-end: Metodologia del trattamento loggia Acqua
Il modulo è dedicato all'approfondimento del trattamento strutturale e viscerale del rene, della vescica e alla relazione tra l'apparato genitale e gli arti inferiori.

18° week-end: Metodologia del trattamento loggia Terra
Il modulo prevede l'inquadramento generale dell'apparato digerente e dei relativi plessi nervosi simpatici.

19° week-end: Reflessologia plantare olistica
Il modulo prevede lo studio della mappa reflessologica del piede applicato in maniera esperienziale attraverso l'inquadramento dei 5 elementi della MTC.

20° week-end: Medicina Tradizionale Cinese: centratura e inquadramento logge
Il modulo prevede lo studio dei 5 centri e il loro allineamento in relazione con la visione orientale della Medicina Tradizionale Cinese, oltre allo studio della legge di creazione "madre-figlio" e di controllo "nonno-nipote".

21° week-end: Metodologia del trattamento loggia Legno
Il modulo include lo studio dei trattamenti strutturale e viscerale e la connessione tra l'armonia e l'attenzione (osservatore).

22° week-end: Metodologia del trattamento loggia Metallo e Fuoco
Il modulo prevede lo studio del trattamento strutturale e viscerale stretto toracico e collo.

23° week-end: Massaggio armonico californiano

24° week-end: 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.