

CORSO DI MASSAGGIO OLISTICO SOMATO-EMOZIONALE CON TECNICHE M.I.R.O. (Metodo Integrato di Riequilibrio Olistico)

IL CORSO

Il Corso è suddiviso in tre livelli, attraverso progressivi steps di apprendimento, con lo scopo di dare ai partecipanti la capacità di proporre tre massaggi completi ed esercitabili in osservanza degli ambiti di applicazione della legge 04/2013 (*trattamenti olistici di esclusivo benessere, senza alcuna finalità terapeutica o estetica*).

Il punto di partenza è il corpo/soma e il suo benessere, con particolare attenzione alle componenti muscolare e osteo-articolare, per rispondere alle richieste di un'utenza di matrice culturale di tipo "occidentale", più sensibile agli aspetti fisici che a quelli puramente "energetici" di un trattamento manuale. L'esperienza maturata sul campo dalle docenti ha fatto optare per questa scelta, in quanto il massaggio viene dai più associato a un trattamento "fisico", il cui fine è donare ristoro al corpo ed è quindi il tipo di massaggio più frequentemente richiesto. Come tuttavia già insegnavano i Latini nella nota locuzione "*mens sana in corpore sano*", un buono stato fisico, ovvero la componente "somatica" su cui si lavora col massaggio, trova immediata rispondenza in un miglioramento dello stato "emozionale" del ricevente. Nel Corso proposto sono insegnati i fondamenti teorici e inserite manovre e tecniche, specifiche per ogni livello, elaborati nella più vasta disciplina M.I.R.O.

Il **Metodo Integrato di Riequilibrio Olistico** (M.I.R.O.) lavora sul sistema fasciale e sulle componenti connettivali, intese nel senso più vasto del termine come quel "medium continuum" che mette in relazione ogni singola parte del sistema "corporemente-emozioni", ottemperando alla concezione di globalità e di correlazione del tutto che sta alla base della visione olistica.

Le tecniche e le modalità del massaggio sono strutturate in modo tale da poter operare nella massima sicurezza, escludendo manovre invasive e pericolose, al fine di evitare qualunque possibilità di causare danni alla persona.

Il percorso di studi è composto da materie teoriche e parti pratiche appartenenti a diverse discipline olistiche e bionaturali, tra cui il succitato metodo M.I.R.O., rafforzate da incontri di tirocinio, che costituiscono parte integrante della formazione. In questo modo, i discenti avranno la possibilità di esercitarsi da subito su quanto appreso e di acquisire dimestichezza con il metodo di lavoro.

Il corso è rivolto a tutti gli operatori olistici che già hanno conseguito una qualifica, ma anche a coloro che si avvicinano come prima esperienza in questo ambito. Le lezioni e il materiale didattico fornito sono strutturati in modo da essere altamente specifici, ma comprensibili a tutti.

STRUTTURA

Il percorso prevede tre livelli di approfondimento, suddivisi in tre distinti corsi. Ogni corso è propedeutico al successivo. Tutti si avvalgono di Tecniche M.I.R.O. adeguate al tipo di massaggio insegnato.

- A) **Livello I: MASSAGGIO OLISTICO S-E TONIFICANTE**
- B) **Livello II: MASSAGGIO OLISTICO S-E RILASSANTE**
- C) **Livello III: MASSAGGIO OLISTICO S-E DECONTRATTURANTE-DEFATICANTE**

Tutte le tecniche sono eseguite su lettino, su tutto il corpo, viso e piedi compresi, eccetto le aree sessuali, con l'ausilio di olio da massaggio.

Nel primo livello di massaggio prevalgono manovre veloci, energiche atte a stimolare il tono e la capacità contrattile della muscolatura, utilizzando tecniche M.I.R.O. che aiutano a migliorare l'attività osteo-articolare e il tono dell'umore. L'effetto finale sarà un senso di maggior dinamismo e capacità reattiva anche mentale, oltre che corporea.

Nel secondo livello di massaggio hanno spazio manovre distensive, rilassanti e di stretching passivo, in modo da comunicare al corpo e alla mente uno stato di rilassatezza, quiete ed elasticità. Si utilizzano tecniche M.I.R.O. atte a scaricare tensioni accumulate da periodi di stress e di affaticamento anche emotivo. Il ritmo sarà più lento e carezzevole.

Nel terzo livello di massaggio, acquisite più approfondite nozioni di anatomia, fisiologia, metodiche M.I.R.O., nonché le manualità fondamentali, e presa dimestichezza con esse, si effettuano manovre più impegnative e complesse, tali da portare sollievo al sistema osteo-articolare e ai muscoli e affaticati e contratti a seguito di posture scorrette, attività fisiche intense o da stress emotivo. Il ripristino del benessere corporeo riverbera in modo diretto sullo stato umorale del ricevente, con effetto confortante e di ri-armonizzazione globale.

Il Primo e il Secondo livello si comporranno di tre aspetti, per un totale di 28 ore ciascuno.

1. **PARTE TEORICA**, per un totale di 8,5 ore (5 FAD + 3,5 in aula): si trasferiranno ai partecipanti nozioni base necessarie ad approcciare in modo corretto ed esaustivo il massaggio olistico in apprendimento.
2. **PARTE PRATICA**, per un totale di 13,5 ore in aula: insegnamento delle manovre e delle tecniche M.I.R.O. che compongono il massaggio completo, in posizione supina e prona, secondo il tipo di massaggio, oltre ad accorgimenti specifici per ogni livello di apprendimento.

3. **PARTE DI TIROCINIO**, per un totale di 6 ore + esame finale con la presenza di un docente: le ore saranno suddivise in due incontri, pomeridiani o serali in base alle esigenze dei partecipanti e alla disponibilità della sala, per rafforzare la memoria ed esercitarsi sulle tecniche apprese.

Il Terzo livello si comporrà altresì di tre aspetti, con maggiori approfondimenti, per un totale di 54 ore.

PARTE TEORICA, per un totale di 16 ore (8 FAD + 8 in aula): si trasferiranno ai partecipanti nozioni più specifiche di Elementi di Anatomia Muscolo-Scheletrica, Elementi di Fisiologia e Posturologia, Elementi di Biomeccanica, Elementi di Fasciale e Tecniche di Massaggio.

PARTE PRATICA, per un totale di 24 ore: insegnamento delle manovre e delle tecniche M.I.R.O. che compongono il massaggio completo, in posizione prona e supina, oltre ad accorgimenti specifici per un massaggio decontratturante-defaticante.

PARTE DI TIROCINIO, per un totale di 14 ore con la presenza di un docente: le ore saranno suddivise in quattro incontri, pomeridiani o serali in base alle esigenze dei partecipanti e alla disponibilità della sala, per rafforzare la memoria ed esercitarsi sulle tecniche apprese.

Al termine di ogni corso è prevista una **PROVA FINALE TEORICO/PRATICA**, per saggiare l'apprendimento dei partecipanti, con rilascio di un **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE**, valido ai sensi della Legge 04/2013.

A chi consegue tutti e tre gli Attestati verrà rilasciato il DIPLOMA IN "MASSAGGIO OLISTICO SOMATO-EMOZIONALE CON TECNICHE M.I.R.O.

L'Accademia Archè è accreditata presso l'ASI (Associazione Sportiva Italiana, riconosciuta dal CONI), pertanto i Diplomi di Formazione rilasciati sono certificati dal Settore Nazionale Arti Olistiche e Orientali. CODICE ACCREDITAMENTO SETTORE ARTI OLISTICHE E ORIENTALI DOS-DBN: 290/2021.

La Scuola è Accreditata presso il Registro Europeo Operatori Olistici Cod. 00220427 ed è quindi possibile richiedere la Certificazione Europea del Diploma frequentando le apposite ore di formazione richieste dal R.E.O.O.

Ad ogni partecipante sarà fornito il seguente materiale:

- Lezioni registrate delle materie teoriche svolte in FAD da seguire prima dell'apprendimento in aula;
- Dispensa in formato digitale con la descrizione delle manovre del massaggio + Slide delle materie (su Area Personale del Sito www.accademia-arche.it);

- Video Tutorial delle Tecniche del Massaggio e Video Lezioni registrate inviate con Wetransfer;
- Suggerimenti per musiche di accompagnamento.

MATERIALE DIDATTICO fornito: (dispensa, slide e video) con divieto di divulgazione da firmare all'atto dell'Iscrizione al Corso.

È prevista la preiscrizione con una caparra di € 100 e saldo a inizio percorso.

Il percorso è aperto a chiunque (purché maggiorenne) abbia interesse ad apprendere tecniche manuali di massaggio col fine di dare benessere e armonia, senza invadere l'ambito sanitario né quello estetico.

Non è richiesta alcuna preparazione o conoscenza preliminare, né alcun titolo professionale.

I partecipanti potranno esercitare la tecnica appresa nel rispetto delle normative vigenti in ambito olistico.