



▶ **Shiatsu per Adulti:**

- ▶ Riduzione dello stress
- ▶ Rilascio di tensioni fissate nel corpo
- ▶ Rilasci emotivi
- ▶ Gestione di stati d'ansia, angoscia, attacchi di panico.
- ▶ Recupero della qualità del sonno
- ▶ Dolori o limitazioni articolari e muscolo-scheletriche
- ▶ Dolori al collo, spalle, bacino, caviglie
- ▶ Postura
- ▶ Cefalee: Muscolo-tensive, emicranie, a grappolo, scotomi scintillanti
- ▶ Fibromialgia
- ▶ Supporto a sindromi neurologiche (Parkinson - Sclerosi multipla - Emiparesi)

▶ **Shiatsu nello Sport, Danza e Teatro**

- ▶ Tensioni e traumi in Atleti e Artisti amatoriali e Professionisti
- ▶ Defaticamento e ottimizzazione delle prestazioni
- ▶ Supporto psico-energetico
- ▶ Tendenza a micro traumi
- ▶ Stress da prestazione

▶ **Shiatsu nei Temi Femminili:**

- ▶ Disequilibri dei cicli mestruali
- ▶ Shiatsu in Gravidanza: Una esperienza meravigliosa!
- ▶ Presentazione podalica: rivolgimento - uso della moxa
- ▶ Gravidanza oltre termine: stimolare l'espulsione del nascituro
- ▶ Disequilibri ormonali: ipertiroidismo, ipotiroidismo

▶ **Shiatsu per Bambini e Adolescenti**

- ▶ Disturbi del sonno
- ▶ Disturbi della concentrazione
- ▶ Irrequietezza
- ▶ Isolamento sociale
- ▶ Stress scolastico
- ▶ Vittime del Bullismo

▶ **Shiatsu per Musicisti**

- ▶ Correzioni delle dismetrie
- ▶ Tensioni e dolori legati all'asimmetria postulare con lo strumento
- ▶ cantanti lirici: rilasci delle tensioni del diaframma, del collo e del volto