

# ELEMENTO TERRA

CENTRO STUDI E RICERCA

**Kinesiologia Specializzata e Touch For Health**

di Elisabetta Noemi Notaro

sede: Riccione (RN)



## Corso per Kinesiology

### ITER DI STUDI RICONOSCIUTO DA:

I.K.C. (Collegio Internazionale di Kinesiologia)

A.K.S.I. (Associazione Italiana di Kinesiologia Specializzata)

La K.S. è disciplinata dalla legge 4/2013





## Scopi e finalità

L'Istituto di Kinesiologia Centro Studi e Ricerca "Elemento Terra" ottempera innanzi tutto alle richieste della Associazione di Kinesiologia Specializzata Italiana (A.K.S.I.) di promuovere tra gli studenti, futuri professionisti, il MODELLO EDUCATIVO e si è organizzata quindi attuando come scopo prioritario l'acquisizione di tale modello che è ovviamente un modello di auto-responsabilità.

### **Modello educativo:**

Il punto di forza principale in un processo di riequilibrio e guarigione attraverso un nuovo adattamento energetico è il Modello Educativo. Questo Modello richiede da parte del cliente un'attitudine ed una attenzione particolare affinché si creino le condizioni per permettere al potenziale di emergere. Il modello educativo si crea in un sistema cooperativo; quindi la cooperazione è un fattore indispensabile nel bilanciamento energetico perché consente di attivare nell'individuo quella fonte energetica fondamentale che prende il nome di "motivazione". Quando una persona è motivata ad affrontare un problema riesce facilmente a recuperare in se stesso tutte le risorse a sua disposizione e ad attingere da queste l'energia necessaria al raggiungimento dell'obiettivo prefissato, rendendo semplice quello che inizialmente sembra complicato e complesso. Dal latino "educare", che significa "tirare fuori", il modello si esprime con un lavoro a vari livelli per far emergere dalla persona ciò che Lei ha dimenticato o non esprime, in modo che possa farne esperienza e vivere la propria perfezione. Esso si basa quindi sul rendere la persona in grado di utilizzare ed esprimere le proprie risorse e potenzialità, prendendosi la responsabilità del proprio benessere, per raggiungere la piena consapevolezza di sé, di chi è e cosa vuole fare nella vita, in modo da essere completamente autonomo nelle proprie scelte. L'operatore coopera con il cliente affinché possa prendere coscienza di essere una persona

completa, competente, e che ha in sé tutta la saggezza della natura e dell'istinto, che sa di cosa ha bisogno e come ottenerlo. Educare significa consentire all'individuo di darsi il permesso di avere la libertà di essere se stesso.

La base del modello educativo è l'auto-responsabilità: la persona, con una scelta consapevole e responsabile, decide cosa è meglio per sé e la propria vita e agisce di conseguenza, con una libera scelta, al di fuori delle abitudini e dei condizionamenti. Nel modello educativo, l'operatore non giudica e non dà direttive, semplicemente sostiene il processo di autodeterminazione della persona nel massimo rispetto della persona stessa, fornendo al sistema globale dell'individuo migliori possibilità di scelta. La persona è così libera di scegliere il percorso più adatto per raggiungere i propri obiettivi. Nel modello educativo, l'operatore inoltre fornisce alla persona una vasta scelta di strumenti che gli permettano di essere autonomo nella gestione della propria energia vitale, con tecniche che possono essere usate a casa in qualsiasi momento.

La Kinesiologia quindi è un sistema olistico in grado di consentire alla persona di riuscire a portare fuori (educare quindi), a vedere, sperimentare ed usare tutte le sue potenzialità al fine di sentirsi unica, irripetibile, capace di scegliere il proprio percorso e pertanto libera.

## Percorso triennale per Kinesiologo

I corsi, inclusi nel percorso di cui sopra, nascono dall'esigenza di fornire agli studenti una preparazione professionale in Touch for Health e Kinesiologia finalizzando la conoscenza delle tecniche e di tutti gli apprendimenti anche ad un percorso di crescita personale. Per operare professionalmente con il Touch for Health/ e con la Kinesiologia sono indispensabili conoscenze a livello pratico degli aspetti strutturali, nutrizionali, energetici, emotivi e mentali delle persone, dei loro stili di vita e sistemi di credenze. E ovviamente per potersi muovere con facilità attraverso tutti questi livelli è fondamentale fare, contemporaneamente, un lavoro per se stessi e su se stessi approfittando delle possibilità offerte dai corsi, per imparare inoltre, come logica conseguenza, ad ascoltare gli altri e ad aiutarli a riconoscere le proprie scelte e a prendersi la responsabilità dei loro processi e cambiamenti a qualunque livello, evitando quindi di creare modelli di dipendenza.

### **ITER**

Per questo percorso sono previste 700 ore di insegnamento frontale che diventano 2100 ore complessive, considerando le ore di studio personale, le esercitazioni a casa e la preparazione degli elaborati. In totale 84 crediti formativi.

Tale livello permette inoltre allo studente di diventare istruttore dei principali corsi di Touch For Health/Kinesiologia

### **Tirocinio pratica con supervisione e didattica**

Tra le altre attività sono previsti 2 Tirocini, in classe, con pratica con supervisione, per un totale di 100 ore.

**Il tirocinio/pratica con supervisione** consente allo studente di approfondire le sue conoscenze ed affinare la sua preparazione lavorando, attraverso le procedure apprese, con clienti esterni sotto la supervisione dell'insegnante e di ricevere un feedback per crescere professionalmente e migliorarsi come persona e come operatore.

### **Percorso personale (suggerito)**

consiste in 6 ore di lavoro svolte con il proprio insegnante, in sedute kinesiologiche private.

Hanno lo scopo di favorire la crescita personale e di rimuovere eventuali blocchi che potrebbero ostacolare l'intraprendere la professione di Kinesiologo.

## Durata degli iter

Il tempo necessario per completare il percorso è di circa tre anni a cui si aggiungono 6 mesi per la stesura della tesi e per prepararsi all'esame finale con la commissione nazionale dell'Associazione Italiana di Kinesiologia Specializzata (A.K.S.I.).

I corsi si sviluppano per lo più durante i fine settimana con una cadenza di una o due volte al mese, e sono tutti auto-conclusivi. Essendo la maggior parte dei corsi prevalentemente pratici, sono ammessi un massimo di 18 studenti per classe per dare loro l'opportunità di essere seguiti adeguatamente.

## Prerequisiti di ammissione ed iscrizione al Corso professionale di Kinesiólogo

**E' richiesto il diploma di scuola media superiore**

**Centro Studi e Ricerca “Elemento Terra”  
Programma per Kinesiologo**

AREA	Corso	ore	crediti	w.e.
<b>1° ANNO</b>				
K.S.	T.F.H. 1	18	2,25	1
K.S.	T.F.H. 2	16	2	1
K.S.	T.F.H. 3	16	2	1
K.S.	T.F.H. 4	16	2	1
K.S.	TFH class Workbook 1-3	48	6	3
K.S.	T.F.H. Proficiency - 1° giornata	8	1	1
P. con S.	Verifica 1 - T.F.H. Proficiency - 2° giornata	8	1	
K.S.	T.F.H. Training	60	7,5	<b>2</b>
S.F.	Anatomia e fisiologia integrata - apparato	16	2	1
K.S.	TFH class Workbook 4	16	2	1
	E.D.L.	8	1	1
		<b>230</b>		<b>13</b>
<b>2° ANNO</b>				
KS	4 valvole e il benessere dell'intestino	32	4	2
K.S.	T.F.H. In Depth 1	32	4	2
S.F.	Anatomia e Fisiologia integrata - Organi e Sistemi	14	1,75	1
M.N.	La Comunicazione Efficace	16	2	1
K.S.	S.S.S.	4	0,50	1
K.S.	E.T.	6	0,75	
K.S.	Autotrattamento	16	2	1
Tirocinio	Tirocinio con il cliente -1	36	2	<b>1</b>
Tirocinio	Tirocinio Complementare - 1	14		1
P. con S.	Verifica 2 (T.F.H. Training + SSS + ET)	16	2	1
K.S.	T.F.H. Metaphors	16	2	1
S.F.	Anatomía e Fisiologia integrata - Organi e Sistemi	16	2	1
P. con S.	verifica 3 (Metafore+Com	6	0,75	1
P. con S.	verifica 4 (In Depth I+anatomia e fisio+EDL)	8	1	
		<b>232</b>		<b>14</b>

**Centro Studi e Ricerca “Elemento Terra”  
Programma per Kinesiologo**

AREA	Corso	ore	crediti	w.e.
<b>3° ANNO</b>				
M.N.	Nutrizione Consapevole	14	1,75	1
K.S.	T.F.L. 1 - 2 - 3	56	7	3
K.S.	le Reattività	32	4	2
S.F.	Chimica - inorganica e organica	16	2	1
K.S.	Completamento	16	2	1
M.N.	Polarity Therapy	32	4	2
S.F.	lettura esami laboratorio	4	0,50	
Tirocinio	Tirocinio con il cliente - 2	36	2	1
Tirocinio	Tirocinio Complementare - 2	14		1
P. con S.	Verifica 5 - (TFL + Chimica)	6	0,75	
P. con S.	verifica 6 (Completamento + Nutrizione	6	0,75	1
P. con S.	verifica 7 (PT+Phytonutrizione)	6	0,75	
		<b>238</b>		<b>13</b>
	<b>totale triennio</b>	<b>700</b>		

ore dis = ore di studio a distanza		credit	ore dis	w.e.
			x 3,125	
<b>Totale ore di kinesiologia</b>	<b>408</b>	<b>51</b>	<b>1275,0</b>	
<b>Totale ore Scienze Fondamentali</b>	<b>66</b>	<b>8,25</b>	<b>206,25</b>	
<b>Totale ore Materie Naturopatiche</b>	<b>62</b>	<b>7,75</b>	<b>193,75</b>	
<b>totale ore di Verifica</b>	<b>56</b>	<b>7,00</b>	<b>175</b>	
<b>totale tirocinio</b>	<b>100</b>	<b>4</b>	<b>100</b>	
<b>E.D.L</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>25</b>	
<b>Totale Triennio</b>	<b>700</b>	<b>79</b>	<b>1975</b>	
<b>Elaborato finale</b>		<b>5</b>	<b>125</b>	
<b>Totale Crediti</b>		<b>84</b>		
<b>Totale ore frontali + ore a distanza</b>			<b>2100</b>	
<b>Totale ore a distanza</b>	<b>1400</b>			
4 workbook lavoro a casa documentato e visionato	136			
<b>numero complessivo degli incontri</b>				<b>40</b>

## Altre informazioni utili:

- Le ore certificabili includono le ore dedicate allo studio, alla pratica ed alla stesura di elaborati anche al di fuori della classe, previa dimostrazione da parte dello studente del livello di competenza ottenuto.
- **La frequenza è obbligatoria.** E' necessario essere presenti ad almeno l'80% delle ore di ogni singola materia o seminario dell'anno accademico per essere ammessi agli esami della stessa.
- Per ogni corso vengono fornite le dispense o i manuali e tutto il materiale relativo.
- Gli studenti dovranno presentare alcuni elaborati, eseguiti a casa, basati sul materiale e protocolli di lavoro appresi.
- Sono previste valutazioni orali, scritte e pratiche per ogni materia studiata, denominate "pratica con supervisione" .
- Al termine del percorso lo studente dovrà sostenere un esame con la commissione professionisti dell' Associazione Kinesiologia Specializzata Italiana (AKSI). Superato l'esame, lo studente potrà richiedere l'ammissione al registro professionale AKSI.

## Valutazioni e libretto personale

Ogni studente riceve due libretti di studio personali sui quali vengono riportati tutti i dati relativi allo studio intrapreso ed ai risultati delle valutazioni.

I punteggi o votazioni, vengono attribuiti in trentesimi. La votazione minima per superare una valutazione è di 18/30.

La valutazione, utile per il conseguimento dell'attestato professionale di Kinesiólogo tiene in considerazione dell'andamento e dei punteggi ottenuti durante gli anni accademici.

## Riconoscimenti e Collaborazioni

I nostri corsi sono riconosciuti dal Collegio Internazionale di Kinesiologia (IKC) che ha sede in Australia e dall'Associazione di Kinesiologia Specializzata Italiana (AKSI).

Tali organismi si occupano di stabilire i criteri per la formazione professionale ed agiscono come interlocutori del Governo e delle regioni per il riconoscimento dei titoli professionali nell'ambito delle bio-discipline.

L'AKSI fa parte del Coordinamento delle Libere Associazioni Professionali (COLAP) che è il principale interlocutore del Governo in rappresentanza delle libere professioni per la riforma delle professioni.

Dal 5 settembre 2013 l'A.K.S.I. è l'Associazione rappresentativa a livello nazionale per la Kinesiologia Specializzata individuata ai sensi del DLgs 206 del 9 novembre 2007, iscritta nell'elenco delle associazioni rappresentative a livello nazionale tenuto dal Ministero della giustizia.

**La Kinesiologia Specializzata è regolamentata dalla legge 4 del 2013**

## Cos'è la Kinesiologia Specializzata

La K.S., *disciplinata dalla legge 4/2013*, è una disciplina Bioenergetica olistica che mette al centro del processo la persona, intesa come corpo/mente/spirito, e la accompagna con tecniche appropriate, al risveglio della propria intrinseca capacità di autoguarigione anche attraverso l'individuazione di obiettivi positivi mirati.

Come suggerisce la radice del nome, kinesis, il movimento e quindi i muscoli sono parte integrante di questo processo, non solo come funzionalità propria, ma come indicatori di specifiche aree energetiche, sulla base di uno stretto rapporto muscolo/meridiano/organo. Partendo dal disagio (tradotto in lingua inglese disease che significa anche malattia) si va per processo inverso, alla ricerca della causa dello stesso, nella consapevolezza che, solo in questo modo, tornando alla radice, si possa risolvere la situazione ottenendo risultati importanti e stabili. La K.S. non si focalizza quindi sul disagio (sintomo) che è solo il punto di partenza.

Ci si avvale del test muscolare di precisione, che la K.S. ha elevato a forma di arte, per instaurare una modalità di dialogo con il sistema, per rilevare la distribuzione dell'energia ed eventualmente i blocchi, per apportare i necessari correttivi, per stabilizzare i risultati. La K.S. permette alla persona di acquisire nuova consapevolezza di ciò che è meglio per sé, per la sua energia e vitalità.

Questa è la condizione per esprimere in massima misura le proprie risorse, il proprio potenziale e per raggiungere e mantenere lo stato di benessere ottimale che è espressione dell'equilibrio di tutti gli elementi e gli aspetti.

## Come sono nate la Kinesiologia ed il TFH

La Kinesiologia nasce verso la metà degli anni '60 dal medico chiropratico americano George Goodheart. Durante le sue ricerche Goodheart lavorò con un gruppo di colleghi ed il suo più intimo collaboratore fu il Dr. John Thie, anch'egli chiropratico.

Il Dr. John Thie, avendo ampiamente verificato il metodo e avendolo trovato di facile impiego, volle renderlo disponibile per "l'uomo della strada", perché ognuno potesse diventare consapevole e promotore del benessere: il proprio, dei familiari, degli amici.

Fu così che nacque il Touch For Health (Tocco per la Salute) e il bellissimo libro che Thie scrisse nel 1973 suscitò un interesse tale che egli decise di dare vita a seminari sull'argomento e a corsi per la formazione di nuovi istruttori.

Fu fondata la TFH Foundation che nel 1990 trasferì la responsabilità didattica del TFH al Collegio Internazionale di Kinesiologia (IKC) che da allora si occupa della formazione.

La kinesiologia è riconosciuta ufficialmente in Ungheria, Nuova Zelanda e Australia e gode di copertura assicurativa in Svizzera.

## Perché funzionano e a chi sono rivolte

Le malattie sono il risultato di accumulo di stress fisici e/o emotivi, che alla fine possono scaturire in sintomi fisici. Un mantenimento regolare dei livelli di energia attraverso il Touch for Health e la Kinesiologia possono prevenire questo accumulo.

Tutti possono trarre beneficio da queste metodiche, dai bambini in tenera età, compresi quelli in grembo materno, agli anziani; dagli sportivi a coloro che necessitano di un recupero e persino gli animali.

La kinesiologia ed il Touch for Health consentono di riequilibrare il sistema corpo/mente e, rimuovendo gli stress negativi di tipo fisico, chimico o emotivo lo riconducono allo stato ottimale.

## Profilo dei corsi della scuola di TFH

I corsi di T.F.H. 1-4 sono il pilastro del Touch for Health e sono stati la formazione di migliaia di Kinesiologi nel mondo. La metodica insegna le basi della Kinesiologia e si dedica ad approfondire l'aspetto strutturale, esaminandolo dal punto di vista energetico. Il materiale è presentato in 4 seminari di 2 giorni l'uno.

### Touch For Health 1°

*Prerequisiti: non richiesti*

*ore minime: 18*

Questo è il corso con il quale milioni di persone sono state introdotte alla Kinesiologia Specializzata. Qui il test muscolare verrà insegnato dettagliatamente e si apprenderà anche il famoso riequilibrio dei quattordici muscoli. Ogni muscolo è connesso ad un meridiano della Medicina cinese e ad un organo. Riequilibrando i quattordici muscoli, stimoliamo e distribuiamo equamente l'energia vitale in tutte le aree del corpo.

Verranno anche spiegate le teorie di base della Kinesiologia e due efficacissimi test: uno per l'alleviamento dello stress e l'altro per sapere quali *cibi* sono più adatti ad ogni singolo individuo.

#### *Programma:*

Teoria e brevi cenni di storia della Kinesiologia.

Introduzione ai meridiani. Massaggio dei meridiani.

Tecniche di base per una risposta muscolare affidabile.

L'arte del test muscolare.

Consapevolezza posturale.

Test dei quattordici muscoli con cinque tecniche di rafforzamento.

Tecnica di alleviamento dello stress e dei traumi emotivi.

Test per verificare lo stress alimentare.

Test del sostituto.

Semplice tecnica per il dolore. Inibizione visiva ed auricolare.

Sfida.

Procedura di riequilibrio.

## Touch For Health 2°

---

*Prerequisiti: T.F.H. 1°*

*Ore minime: 16*

***Programma:***

Revisione ed approfondimento delle tecniche del corso di TFH 1°.

Test e correzione di altri 14 muscoli.

Riequilibrio con i 5 elementi.

Punti di allarme e loro uso nella Kinesiologia.

Punti di digitopressione per tonificare i muscoli.

Riequilibrio con traguardo.

Ruota dei meridiani con tecnica di riequilibrio.

Digitopressione per il dolore.

Alleviamento dello stress per eventi futuri.

Movimento incrociato per l'integrazione

Tecniche delle cellule a fuso e dell'apparato di Golgi.

Localizzazione del circuito. Strategie di riequilibrio.

## Touch For Health 3°

---

*Prerequisiti: T.F.H. 2°*

*Ore minime: 16*

***Programma:***

Punti di digitopressione per sedare.

Immissione in memoria (pause-lock).

Tecnica per i muscoli reattivi.

Test e correzione di ulteriori 15 muscoli.

Polsi cinesi e loro uso nella Kinesiologia.

Tecnica dei 5 elementi con i suoni.

Tapping per il dolore.

Test per il controllo dell'andatura con relativa correzione.

Alleviamento dello stress posturale.

Riequilibrio dei flussi energetici ad otto (otto tibetani).

Alleviamento dello stress emotivo collegato al passato.

Strategie di riequilibrio.

## Touch For Health 4°

*Prerequisiti: T.F.H. 3°*

*Ore minime: 16*

***Programma:***

Riequilibrio dei 5 elementi con le emozioni.  
Teoria dei punti di digitopressione.  
Punti Luo.  
Correzione della debolezza bilaterale di un muscolo.  
Test alimentare con “modi” delle sensibilità alimentari  
Analisi posturale kinesiologica.  
Tecnica dei 5 elementi per la nutrizione.  
42 muscoli considerati dal punto di vista strutturale.  
Tecnica dei 5 elementi con i colori.  
Riequilibrio all'ora del giorno per piccoli dolori.  
Procedura di riequilibrio.

## Touch For Health Proficiency

*Prerequisiti: T.F.H. 4°*

*ore minime: 16*

Il corso permette allo studente di eseguire con competenza tutte le tecniche apprese nei livelli di T.F.H. da 1 a 4 e di comprendere ed applicare praticamente le conoscenze su cui si basa la sintesi di Touch for Health.

**Certificato di competenza rilasciato dal Collegio Internazionale di Kinesiologia a tutti coloro che superano le valutazioni scritta e pratica.**

***Programma:***

Revisione delle tecniche più rilevanti apprese nei corsi di TFH da 1 a 4 quali: tecniche di base, 42 muscoli, 5 elementi, energia auricolare e visiva, ruota dei meridiani, digitopressione per il dolore, cross crawl per l'integrazione, alleviamento dello stress emotivo nelle sue varie forme, alleviamento dello stress posturale, reattivi, tapping per il dolore, andatura, 5 elementi con i suoni, 5 elementi con i colori, inibizione bilaterale, riequilibrio all'ora del giorno. Valutazione scritta e relativa correzione in classe, prova teorico/pratica.

## Touch For Health Training

*Prerequisiti: Touch For Health Proficiency*

*Ore minime: 60*

Questo training permette allo studente di entrare in vera confidenza con le tecniche dei seminari di T.F.H. Imparare a comunicare e condividere con gli altri il materiale appreso approfondisce notevolmente la conoscenza dello stesso ed è la miglior forma per verificarlo e farlo proprio. Le tecniche di comunicazione del seminario diventano un indispensabile strumento per i riequilibri.

### *Programma:*

Perfezionamento nelle presentazioni ed aumento del carisma personale.

Comunicazione efficace: ascolto attivo, messaggio IO, problem solving.

Utilizzo efficace degli organi sensoriali per la comunicazione: occhi, voce, tatto e postura.

Gestire ed organizzare l'attività di un gruppo.

Imparare a mantenere lo scopo nella comunicazione e a raggiungere obiettivi in tempi determinati.

Come mantenere sempre alto l'entusiasmo in se stessi e negli altri.

Farsi conoscere efficacemente

Approfondimento di tutte le tecniche del T.F.H. con spiegazioni e chiarimenti sui meccanismi di funzionamento delle stesse.

Esercizi ed applicazioni pratiche.

Per chi fosse interessato ad insegnare i corsi di TFH 1-4 la valutazione viene effettuata in un altro momento a distanza di qualche mese dal corso.

## Touch For Health Metaphors

*Prerequisiti: T.F.H. 2°*

*ore minime: 16*

Il corso è basato sull'uso del dialogo e della visualizzazione creativa per accedere agli aspetti emotivi e mentali associati alle sensazioni che, tramite le banche dati della memoria cerebrale, determinano le risposte fisiche, posturali ed energetiche della persona.

Rendi più profonde ed intense le tue sedute di Kinesiologia utilizzando efficacemente le III metafore proposte nel corso.

## Touch for Health In Depth I: Meridian Energy

*Prerequisiti: T.F.H. 4°*

*Ore minime: 32*

Permette di affinare e potenziare, con l'acquisizione di nuove modalità ed informazioni, i riequilibri di Touch for Health, per poterli mettere in pratica con maggiore precisione e per ottenere maggiori risultati.

### *Programma:*

Anatomia e fisiologia muscolare con correlazioni alle applicazioni kinesiologiche, I cinque elementi e la fisiologia muscolare,

Riequilibrio dei cinque elementi sul muscolo, comprensione del test muscolare tramite la neurologia muscolare.

Nozioni di analisi della postura.

Approfondimento della Medicina Tradizionale Cinese applicata al Touch For Health: teoria dello yin e dello yang; punti Shu antichi; punti Lo.

Applicazione del riequilibrio dei 5 elementi con il Diagramma di Attitudine Comportamentale.

Interpretazione e riequilibrio approfondito della Ruota dei Meridiani e dei 5 elementi.

Test di Piva per le compatibilità alimentari.

Riequilibrio energetico sugli organi utilizzando la tecnica di stimolazione Leodynamics.

Utilizzo dei fiori di Bach nel riequilibrio dei 5 elementi.

Utilizzo del protocollo avanzato di Touch for Health.

## Touch For Health In Depth II: Meridian Postures

*Prerequisiti: T.F.H. In-Depth*

*Ore minime: 32*

Il corso permette allo studente di riconoscere gli squilibri dei meridiani attraverso l'osservazione posturale ed insegna come lavorare con le posture dei 14 meridiani. Illustra diverse varianti ai test muscolari appresi nei corsi di T.F.H. 1, 2 e 3. Fornisce un protocollo di riequilibrio specifico per la postura dei meridiani.

### *Programma:*

Approfondimento della tecnica dei 5 elementi sul muscolo.

Osservazione, descrizione e dimostrazione di tutti i test relativi alle posture dei 14 meridiani; Procedura di riequilibrio delle posture dei meridiani;

Pratica da parte degli studenti con valutazione posturale e riequilibrio di tutte le posture.

## FORMAZIONE IN TOUCH FOR LEARNING (Kinesiologia dell'Apprendimento)

Questi corsi sono ottimi per insegnanti, educatori, sportivi, posturologi e chiunque voglia migliorare le sue capacità di apprendimento e di movimento.

Nei corsi di T.F.Learning 1, 2 e 3 ci muoveremo attraverso un processo che insegna alla mente, al corpo e allo spirito a lavorare insieme attraverso specifici movimenti di integrazione. Esperienze passate non più benefiche saranno così eliminate attraverso il movimento e la riduzione dello stress, permettendoci di avanzare nel nostro processo di crescita.

Dopo aver usato le tecniche di Kinesiologia dell'Apprendimento, molte persone hanno notato dei cambiamenti come: maggior capacità di fare delle scelte; stabilizzazione della pressione sanguigna; maggior capacità di avere idee creative; miglioramento della vista e dell'udito; maggior confidenza con se stessi; maggior facilità nel leggere e nello scrivere; miglioramento delle percezioni esterne e alleviamento della depressione; maggior facilità nel far un viaggio in aereo; maggior facilità e gioia nello svolgere i lavori di casa; maggior capacità nel sostenere un esame; sonni più tranquilli; miglioramento della coordinazione; libertà da credenze limitanti; memoria più efficiente; alleviamento dello stress; aumento della concentrazione; diminuzione delle tensioni in famiglia; maggior benessere; miglior equilibrio a livello emotivo e comportamentale.

## Touch For Learning 1°

*Prerequisiti: non richiesti (raccomandato TF.H.2°) ore minime: 20*

### *Programma:*

Ampia Introduzione al concetto di integrazione emisferica e cerebrale.

Test muscolare e come eseguirlo in maniera corretta;

Localizzazione del circuito;

Immissione in circuito;

Sfide ed interrogazioni verbali;

Stati del cervello.

Equilibrio quotidiano con i quattro elementi: 1) idratazione ed assorbimento dell'acqua; 2) Confusione bioelettrica: "switching" e "switching della Personalità"; 3) eccesso di energia con il test della regolazione nervosa; 4) ionizzazione e respirazione.

Tecniche di preparazione neurocinestetica: l'ordine neurocinestetico, test e correzione del movimento degli occhi, test e riequilibrio del movimento della testa; sincronizzazione sacro-occipitale.

Test sull'uso del linguaggio; scelta di una fraseologia che accresce l'energia nel corpo e migliora l'attitudine mentale.

Tecniche di dispersione dei blocchi di apprendimento.

Le quattro fasi di integrazione emisferica per l'apprendimento e la postura.

La coordinazione emisferica attraverso i movimenti asimmetrico e simmetrico.

Integrazione specifica per la lettura ed il movimento degli occhi: lettura, comprensione e calma.

Test per verificare lo stress provocato dalla lettura e dal movimento degli occhi: correzione con i vari esercizi dell'infinito.

Integrazione specifica per scrittura, ascolto e memoria: scrittura e coordinazione occhio-mano; test e correzioni per le difficoltà nella scrittura.

Comprensione del rapporto fra l'integrazione uditiva e l'apprendimento: prova dell'ascolto e della successione numerica; correzione con esercizi.

## Touch For Learning 2°

*Prerequisiti: T.F.L. 1° e T.F.H. 2° (raccomandato T.F.H. 3°) ore minime: 20*

### *Programma:*

Revisione delle tecniche apprese in Touch For Learning 1°.

Applicazione delle quattro fasi di integrazione emisferica per l'apprendimento e la postura ad uno scopo specifico.

Le quattro fasi di integrazione emisferica per l'apprendimento e la postura; 2° fase in due livelli.

Interpretazione delle posizioni oculari utilizzate nell'organizzazione emisferica.

Consapevolezza alimentare: i cibi risorsa.

Modello di apprendimento ed ecologia personale: test ed interpretazione dei quattro livelli dei modelli di apprendimento;

Test e riequilibrio della sensibilità ai fattori ambientali.

Energia degli alimenti per il riequilibrio di memorie di stress ancestrali.

Riequilibrio per gli auto-sabotaggi con recessione di età.

Stimolazione metacinetica per le memorie di stress della vita intrauterina.

Stabilizzare i riequilibri con lo iode.

Piano di lavoro.

## Touch For Learning 3°

*Prerequisiti: T.F.L. 2° e T.F.H. 3° (raccomandato T.F.H. 4°) ore minime: 16 ore*

### *Programma:*

Le quattro fasi di integrazione emisferica per l'apprendimento e la postura; 3° e 4° fase.

Affermazioni per l'integrazione emisferica.

Revisione dell'intero programma e procedura di riequilibrio.

## Corsi a tema

### Energia Tibetana

---

*Prerequisiti: non richiesti*

*Ore minime: 6*

Gli Otto tibetani sono un'energia di tipo elettromagnetico che scorre in tutte le aree del nostro corpo. Lo squilibrio di tali otto può inibire i movimenti articolari e il sistema immunitario. Coordinazione, campo visivo, apprendimento ed energia vitale potranno migliorare, con l'uso delle metodiche insegnate nel corso. Si pensa che tali otto tibetani siano gli intermediari tra il corpo fisico e quello eterico.

***Programma:***

Test e correzione degli 8 (otto) primari.

Correzione degli otto per articolazioni e altre aree specifiche.

Otto Pigro per la scrittura. Esercizi tibetani per aumentare l'energia vitale.

Tecnica di riequilibrio con i suoni. Flussi energetici a spirale sul corpo.

### Stress Senza Stress

---

*Prerequisiti: non richiesti*

*Ore minime: 4*

Se volete apprendere un sistema veramente efficace per controllare i vostri livelli di stress, migliorare i rapporti con gli altri, avere più entusiasmo, stima di voi stessi e maggiore concentrazione, questo è il corso che fa per voi. Scoprite quali emozioni vi turbano e a quale meridiano della Medicina cinese sono collegate ed imparate a riequilibrarle con l'uso dell'affermazione appropriata.

***Programma:***

Test muscolare di precisione. Tecnica per lo stress emotivo. Affermazioni e punti di allarme.

Musica su punti di digitopressione per indurre il rilassamento e limitare gli effetti del mal d'aria. Tecniche di respirazione. Effetti dell'esercizio e della nutrizione sullo stress.

## Autotrattamento per Stress e Dolore

---

*Prerequisiti: non richiesti*

*Ore minime: 16*

Apprendiamo esercizi da eseguire con e senza l'uso del test muscolare, per la riduzione del dolore e della tensione emotiva. E' un corso per chi vuole avere una routine di semplici esercizi che con poco tempo e fatica danno la possibilità di essere più elastici e coordinati in qualunque attività e sport.

### *Programma:*

Test muscolare accurato.

Alleviamento dello stress. Bilanciamento energetico tridimensionale del cervello.

Meta integrazione.

Riequilibrio energetico muscolare: tecniche di auto-terapia per muscoli reattivi, congelati, per aumentare l'ampiezza di movimento e per tensioni miofasciali.

Rilassamento dei muscoli del piede.

Riequilibrio dell'andatura. Riequilibrio energetico strutturale dell'area lombare.

Esercizio di riequilibrio basico strutturale. Riequilibrio basico dei muscoli congelati reattivi. Riequilibrio basico della struttura reattiva.

Routine di base per il riequilibrio muscolare e strutturale. Test ed esercizi di riequilibrio per gli ammortizzatori. Tecniche per i dolori di testa, d'orecchie e crampi notturni. Rilassamento del collo.

Camminata energetica e respirazione diaframmatica. Uso delle tecniche nel massaggio e nell'attività infermieristica. Approccio per i problemi di apprendimento. Sfida. Procedura di riequilibrio.

Tecnica per i crampi muscolari. Alleviamento dello stress posturale. Riequilibrio dei flussi energetici ad otto (otto tibetani). Alleviamento dello stress emotivo collegato al passato.

## Corsi Monotematici

### La Comunicazione Efficace

*Prerequisiti: TFH 1 e TFH 2*

*Ore minime: 16*

Il corso è teorico pratico; è rivolto a tutti coloro che vogliono migliorare le proprie relazioni in ogni ambito della vita: sociale, familiare, di coppia, nel lavoro, nelle amicizie. Comunicazione efficace significa trasmettere in modo chiaro il proprio pensiero ed interpretare correttamente quello altrui. Potrai apprendere, attraverso esercitazioni pratiche, nuove strategie di comunicazione basate sulla conoscenza e sull'osservazione dei messaggi verbali, non verbali e corporei.

***Programma:***

Ascolto Attivo: scopi e modalità – esercitazioni pratiche.

I traguardi: scopo, traguardi testati e non testati, formulazione di traguardi – esercitazioni pratiche.

I canali sensoriali, accessi oculari.

I processi mentali di analisi dell'informazione.

I metaprogrammi. La comunicazione non verbale.

### Nutrizione Creativa

*Prerequisiti: TFH 1*

*Ore minime: 8*

In questo corso viene approfondito il ruolo dei cibi per la salute integrale, con ampi riferimenti alle funzioni organiche e tenendo presente l'aspetto emotivo ed energetico. Apprendiamo semplici ed efficaci tecniche per rilevare gli stress nutrizionali dell'individuo.

***Programma:***

Tecniche per il riequilibrio generale.

Test muscolare accurato.

Test accurato dell'idratazione e di prodotti naturali che migliorano l'assorbimento dell'acqua.

Approfondimento degli elementi nutritivi visti dalla prospettiva della Kinesiologia Specializzata.

Test alimentare e degli integratori con correlazione emotiva.

## Self-Health

---

*Prerequisiti:TFH I-4 / Autotrattamento*

*Ore minime: 16*

Il corso si prefigge lo scopo di fornire ad Operatori e Consulenti schemi per organizzare il materiale conosciuto in “unità operative” , per la gestione di gruppi di lavoro, unità strutturate ad hoc a seconda del tipo di utenza a cui di volta in volta è dedicata l’attenzione.

Le indicazioni teoriche a monte possono diventare la falsa riga su cui appoggiarsi per organizzare presentazioni in funzione di insegnanti piuttosto che di educatori sportivi o sanitari, o per organizzare attività di “ricreazione antistress” a livello aziendale o in qualsivoglia ambito. Lo scopo, sempre intrinseco in ogni nostro lavoro, è quello di veicolare il modello educativo, ovvero rendere cosciente qualunque persona di tutto ciò che può fare per se stessa e per la propria salute, fornendo, ovviamente, strumenti facili ed efficaci da utilizzare e ricombinare a seconda degli obiettivi che si vogliono perseguire.

### *Programma:*

Modello educativo.

Che cosa è l’apprendimento e come si creano i blocchi di apprendimento.

Integrazione visiva ed emisferica.

Esercizi di attivazione Kinesiologica: benefici a livello posturale, sportivo e nel campo della riabilitazione.

Unità Operative e didattiche: scopi e campi di intervento.

Esercizi di attivazione ginnica, andature, esercizi a stazioni.

Analisi della lezione e delle “unità operative”.

Come combinare il materiale del corso.

Come strutturare e tenere una lezione.

Analisi ed uso delle “schede personali”.

Studio della struttura della musica.

Illustrazione e strutturazione di minicorsi.

## Etica Deontologia e Legislazione

---

*Prerequisiti: Non richiesti*

*Ore minime: 8*

Il corso, della durata di 8 ore, riguarda la parte fiscale e comportamentale inerente all'attività professionale per consentire di poterla svolgere con tranquillità e nel rispetto delle norme vigenti.

*Programma:*

La professione

Assetto nazionale ed internazionale delle associazioni – IKC – AKSI – AITFH

Percorso politico relativo all'approvazione delle leggi, regionali, nazionali ed europee, riguardanti il riconoscimento del titolo professionale

Codice etico e deontologico professionale

Le polizze assicurative

L'iscrizione ad un registro professionale e l'aggiornamento professionale

L'apertura di uno studio

La privacy

Collaborazioni con Enti e privati

Come fare pubblicità – la terminologia corretta da utilizzare

## Polarity Therapy

---

*Prerequisiti:TFH 3*

*Ore minime: 32*

L'ideatore del metodo fu il Dott. Randolph Stone, naturopata, osteopata e chiropratico. La Terapia della Polarità è la sintesi di molte antiche teorie e tecniche provenienti dalla medicina *ayurvedica* Indiana e da quella tradizionale cinese. Il termine "polarità" è dato dalla relazione con la base universale della natura: la forza elettromagnetica di attrazione e repulsione. **Polarity Therapy** si basa sull'attrazione e la repulsione dei poli opposti in azione che si devono fondere in un unico polo neutro.

Polarity Therapy, fa riferimento al concetto dei poli opposti nell'Universo, positivo/negativo, maschile/femminile, dentro/fuori, etc...

L'energia muove dalla sorgente alla forma per ritornare poi alla sorgente. Nel corpo umano, nel momento in cui l'energia si trasforma nella forma, si muove attraverso centri d'energia chiamati chakras.

Nella Terapia della Polarità i fattori che vengono presi in considerazione sono:

- Lavoro energetico sul corpo.
- Posizioni di stretching ed esercizi di polarity yoga.
- Riconoscere il cibo energetico.
- Educare ad un sano stile di vita.
- Amore.

L'energia che circola tra due poli (+/-) in un campo elettrico permette il cambiamento e la vita. Senza polarità non ci sarebbero differenze, né riflessione, né sensazioni o percezioni sensoriali. Innumerevoli relazioni tra opposte polarità si creano in continuazione in tutto il corpo umano. Quando l'energia circola liberamente tra i poli, si percepisce armonia, ordine, unità e senso di completezza.

### *Programma:*

Origini e storia

Filosofia di Polarity Therapy

Il caduceo

I chakra e i 5 elementi

Linee lunghe, correnti est/ovest, la spirale del fuoco

I 3 principi e i 3 contatti – tamasico, satvico e rajasico

Protocollo a carattere generale

Concetti di riflessologia secondo Polarity Therapy

Protocollo di lavoro sul piede

Protocollo di bilanciamento dei chakra

Protocollo di riequilibrio dell'elemento Etere

Protocollo di riequilibrio dell'elemento Aria

Protocollo di riequilibrio dell'elemento Fuoco

Protocollo di riequilibrio dell'elemento Acqua

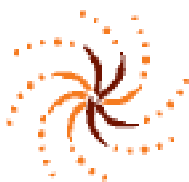
Protocollo di riequilibrio dell'elemento Terra

Esercizi di Polarity Yoga

Nutrizione di Polarity

# ELEMENTO TERRA

CENTRO STUDI E RICERCA  
Kinesiologia Specializzata e Touch For Health  
di Elisabetta Noemi Notaro  
sede: Riccione (RN)



Per Informazioni ed iscrizioni rivolgersi a:

**Noemi Elisabetta Notaro**

Via Bellini, 13/A  
47853 Coriano (RN)  
335 52 68 243  
noemi.notaro@alice.it  
www.kinesiologiarimini.it  
*Facebook.com/ElementoTerra*

**A.K.S.I.** *Associazione di Kinesiologia Specializzata Italiana*  
mail: [info@aksi.it](mailto:info@aksi.it)  
[www.aksi.it](http://www.aksi.it)