



ESCUELA



AMIGOS
DEL
SHIATSU



Contenido

¿Qué es shiatsu?	4
¿Cómo es una sesión de Shiatsu?	4
¿Quiénes somos?	5
¿Qué hacemos?	5
1. Formación:	5
2. Sesiones:	5
3. Colaboraciones:	5
Beneficios	6
Aplicaciones	6
Opciones de servicios	7

¿Qué es shiatsu?

Se trata de una técnica preventiva, que carece de efectos secundarios; refuerza el sistema inmunológico, eleva el tono vital, mejora el metabolismo, equilibra el sistema nervioso y aumenta el rendimiento físico e intelectual proporcionando equilibrio emocional, despierta la conciencia y responsabiliza sobre la propia salud. Además de ayudar con problemas digestivos, dolores de espalda, dolores de cuello, problemas menstruales, estrés, dolores de cabeza, ansiedad, pérdida de vitalidad, fecundidad, trastornos durante el embarazo, etc.

Los síntomas nos hablan de necesidades a través del cuerpo

Shiatsu es una técnica manual desarrollada en Japón, que se basa en conceptos de Medicina Oriental y los aplica a través del contacto. Es una herramienta mediante la cual podemos hacer un viaje de regreso hacia nuestra realidad corporal y para despertar los **poderes curativos del cuerpo**.

Para la Medicina Oriental **la salud es el equilibrio del organismo en su totalidad** y en su relación con el Universo.

La vida moderna nos impone un ritmo muy intenso que tiene consecuencias en nuestro cuerpo provocando la aparición paulatina de tensiones y bloqueos, la disociación entre sensaciones, sentimientos y actividades mentales o físicas, y la pérdida de contacto con los ciclos naturales.

Una de las cosas que más llaman la atención a la gente que recibe shiatsu por primera vez es descubrir zonas de su cuerpo, desconocidas hasta ese momento.

¿Cómo es una sesión de Shiatsu?

Una sesión se desarrolla atendiendo al momento actual del receptor actuando en lo que en ese momento le está pasando, respetando sus límites y vivencias desde la escucha y la empatía.

Durante una sesión de shiatsu se van presionando con el pulgar, las manos, los codos o las rodillas sobre las distintas zonas del cuerpo. Están incluidas manipulaciones articulares, estiramientos de Canales Energéticos, de cadenas musculares y partes del cuerpo específicas, trabajos con la respiración, y otras técnicas que se aplican en función de las necesidades del receptor/a, quien tiene la posibilidad en todo momento de intervenir en el desarrollo de la sesión de Shiatsu.

En el trabajo de Shiatsu el/la *profesional* y el/la receptor/a recorren juntos/as las distintas partes del cuerpo, escuchando mediante el contacto. No es solo el/la profesional quien tiene el poder de lo que esté pasando, también es la persona que recibe el tratamiento la que va indicando, de diferentes maneras, lo que es más adecuado en cada momento para ella; la necesidad más apremiante para satisfacer, la carga más pesada que aliviar, el conflicto más molesto que resolver... Es un trabajo de colaboración, investigando zonas en conflicto que el receptor ya conoce antes de empezar la sesión, o que aparecen durante la misma. Cada zona será atendida y trabajada de manera que se pueda ir asimilando progresivamente. A veces surgen emociones que están relacionadas con la parte del cuerpo en la que estamos incidiendo, vivencias que no hemos completado, necesidades no satisfechas, frustraciones sin



solucionar y buena parte de lo que no hemos integrado en nuestra vida. Atenderlas permite que también sea posible vivir lo **emocional a través de lo corporal**.

¿Quiénes somos?

En AMIGOS DEL SHIATSU llevamos desde el año 1991 atendiendo a personas de todas las edades y condiciones a restablecer su flujo natural de energía y a sintonizar con su propia Fuente de Vida y a *aliviar trastornos que no han podido solucionar de otras maneras*.

Nuestro equipo está formado por distintos profesionales:

- Luis Bronchalo, cofundador y terapeuta. “A través del Shiatsu he llegado a comprender y comprobar la naturaleza energética del ser humano.”

Terapeuta de Shiatsu desde 1991.

- Charo Calleja, confundadora y terapeuta. “Para mi el Shiatsu es una forma de estar en el mundo, de relacionarme conmigo misma, con los demás y con mi entorno”.

Terapeuta de Shiatsu desde 1989.

- Ágata Martínez, profesora y terapeuta. “El Shiatsu ha sido y es una guía en mi vida, tanto a nivel profesional como personal”

Terapeuta de Shiatsu desde 1998

- María Ruiz, profesora y terapeuta. “Para mi entrar en contacto con el Shiatsu supuso un antes y un después en mi vida, cambiando mi relación con el mundo y conmigo misma..., y ahí seguimos, caminando”.

Terapeuta de Shiatsu desde 2004

- Nuria Romero, profesora y terapeuta. “Para mí el Shiatsu es autoconocimiento. Tal vez estemos en este mundo para conocer nuestro cuerpo, nuestras emociones y sobrevivir, para ello el Shiatsu es una herramienta muy valiosa”.

Terapeuta de Shiatsu desde 2007

¿Qué hacemos?

1. **Formación:** En la Escuela de Amigos del Shiatsu nos dedicamos a la enseñanza del Shiatsu desde 1991. Somos la escuela de Shiatsu más antigua de Madrid. La calidad de la enseñanza es nuestro objetivo prioritario. Por nuestro espacio han pasado más de 1.500 alumnos.
2. **Sesiones:** Desde 1991 realizamos sesiones. En estos años hemos tratado a más de 500 clientes. Los resultados de nuestras sesiones son más que satisfactorios y nuestros clientes nos recomiendan. ¿Ponemos aquí comentarios de algún cliente? ME PARECE BIEN. Lo copiamos de la web
3. **Colaboraciones:** Realizamos colaboraciones con diferentes organizaciones:
Asociación Infantil Oncológica de Madrid (ASION)
Llevamos colaborando con ASION más de 10 años atendiendo a los padres de niños con cáncer a vivir este proceso tan difícil. Ayudamos a los padres a gestionar la ansiedad, a reconstituir su energía y solventar dolencias que aparecen durante el proceso de enfermedad de sus hijos.

Trabajamos directamente en los hospitales (La Paz, El Niño Jesús y el 12 de Octubre) y en la sede de la Asociación.

- Violencia de género (Distrito municipal de Loranca, Fuenlabrada, y de Fuencarral)

Hemos trabajado con mujeres que sufrieron violencia de género, en colaboración con el departamento de trabajo social y psicológico de estos distritos de Madrid, ayudando a estas mujeres a recuperar el control de su propia vida y fomentando su salud tanto física como emocional.

- Padre Garralda

Durante diez años hemos colaborado con la asociación Padre Garralda ayudando a personas en proceso de desintoxicación tanto con los síndromes de abstinencia como con sus malestares corporales.

- Asociación nacional de Hipertensión Pulmonar, colaboramos con esta asociación ayudando a que el movimiento sanguíneo y energético sea más fluido y así mejorar su calidad de vida.

Los resultados han sido más que satisfactorios en todos los casos.

Beneficios

Los beneficios que aporta son positivos en personas de cualquier edad o condición física, independientemente de la causa que provoca el desequilibrio energético:

- Proporciona un mayor equilibrio emocional.
- Despierta la conciencia del cuerpo, haciéndonos conscientes de la responsabilidad hacia nuestra salud.
- Refuerza el sistema inmunológico
- Reduce el estrés.
- Eleva el tono vital.
- Mejora el metabolismo.
- Equilibra el sistema nervioso, respiratorio, digestivo y circulatorio.
- Aumenta el rendimiento físico e intelectual.
- Apoya y acompaña en el embarazo, parto y posparto.
- Estimula la fertilidad.

Aplicaciones

El Shiatsu también tiene aplicaciones en:

- Depresión, ansiedad, insomnio.
- Cefélas.
- Agotamiento, fatiga, cansancio.
- Contracturas, dolores musculares y articulares.
- Ciáticas, lumbagos
- Dolores menstruales
- Etc.



Opciones de servicios

- a) Desplazamiento a la oficina (a negociar en función del número de horas)
- b) Tarifas especiales a los empleados que quieran acercarse a nuestro centro, al estar ya la empresa adherida a algún tipo de programa con la Escuela. (40€)
- c) Tarifas especiales a los empleados que quieran acercarse a nuestro centro, sin estar la empresa adherida a algún tipo de programa con la Escuela. (45€)

Empresa destinataria:

Dirección:

Programa: 4 horas en las oficinas 1 mañana a la semana

Descripción:

- visita de 1 terapeuta que llevarían el material necesario para desarrollar las sesiones (incluyendo té y pastas)
- sesiones de 40', con 10' de diferencia entre una y otra

Necesidades: una sala de 5*5 m con biombo o elemento separador, en la que montaríamos el material. Ó dos salas de 3*3 m.

Duración del programa: 4 semanas

Tarifa: 150 €

CHARO CALLEJA

Escuela de Masaje



por SERGIO PARRA

