

## Course Descriptions

### AQUATAICHI® Introduction

El curso de Aquataichi® Introduction es una forma sencilla para tomar contacto con conceptos básicos y fundamentales para el desarrollo de las técnicas acuáticas y la comprensión de la dinámica del método.

El curso de Aquataichi® 100% práctico, aportando a los profesionales que colaboren en Spas y centros termales o acuáticos, la posibilidad ampliar sus actividades con:

- Aulas de Aquataichi® en grupo.
- Aulas de flotación guiada para grup
- Personal training con técnicas de Aquataichi® dirigida a potenciar salud y bienestar.
- Aquataichi Float®, variedad de masajes wellness dentro de piscina.

Variedad de técnicas acuáticas tanto en bipedestación como flotación, que nos permite profundizar en todos los aspectos de Wellness.

Estudio sobre estática y dinámica de nuestro cuerpo sumergido en el agua, adoptar una posición que nos permita crear movimiento y desplazamiento en el agua. Reconocer la relación de mi estructura con sus funciones y el medio acuático. La Biomecánica respiratoria y el movimiento de Aquataichi®, aprendemos a coordinar movimiento y respiración, expresión de flujo de transición de las técnicas de Aquataichi®.

### CONTENIDOS ESPECÍFICOS DEL CURSO:

- 15 Ejercicios de aquataichi®, sobre movilidad articular en bipedestación y biomecánica respiratoria con la regla de no dolor. (chi kung en el agua).Reajuste postural aprovechando la ley antigraavedad. Reequilibrio líneas de gravedad en bipedestación con la ley de economía en cadenas musculares rectas
- Sentido de la marcha y Aquataichi®.8 formas de desplazamientos y mejora de información espacial, equilibrio y principios de inercia.
- 6 Ejercicios de estiramientos de meridianos y bioenergética. Concepto de eutonía, estimular una relajación profunda y activa.
- Secuencia de 11 movimientos de aquataichi®. destreza en la coordinación y dinámica de movimientos. bioenergética en movimiento y mejora de la energía vital
- Serie de 8 ejercicios por parejas de stretching y empujes de manos. Ejercicios de descoaptación de las dos cinturas corporales, trabajo de elongación de cadenas cruzadas.
- Aquataichi float® group, 4 mandalas en agua para realizar sesiones de flotación en grupo Ejercicios de Respiración y biomecánica de la columna vertebral.

- Aquataichi float® massage, técnica específica de masaje wellness en agua a través de conceptos de masaje tradicional chino y osteopatía estructural básica, para sesiones individuales. (protocolo para 60 minutos de masaje en agua).

Estudio sobre estática y dinámica de nuestro cuerpo sumergido en el agua, adoptar una posición que nos permita crear movimiento y desplazamiento en el agua. Reconocer la relación de mi estructura con sus funciones y el medio acuático. La Biomecánica respiratoria junto con el movimiento específico de Aquataichi®, aprendemos a coordinar creando expresión de flujo de transición de las técnicas de Aquataichi®.

Flotación y meditación en el agua, diferentes ejercicios de relajación que nos permita explorar estados de conciencia y abrir puertas en tu meditación en el agua.

### n Española de Técn Intrinsic Muscles of the Pelvis

This hands-on workshop explores the logic and application of pelvic biomechanics to assessment and treatment of structural/postural imbalance. The pelvis joins the legs to the spine and is the 'keystone' of human architecture, as well as many feelings, and the site of many traumas for both men and women. The twenty or so deep, intrinsic muscles surrounding the pelvis are arranged in fans that hold these postures as well as feelings. This workshop explores this 'touchy' area with specificity and sensitivity. Come explore these muscles via palpation and manual therapy techniques for finding, stretching, opening and understanding the deep lateral rotators, adductors, groin muscles and the pelvic floor. Highlights include:

1. The adductors on the side of the thigh
2. The deep lateral rotators and pelvic ligaments
3. The adductors and ischial ramus, with connections to the pelvic floor, and
4. The psoas complex.

Each of the Body3 series is a short intensive course limited to specific anatomy and heavy on manual soft-tissue technique. Each course focuses on 15-20 core 'templates' for technique, which can be applied in different ways for different patterns in your clients. The course fully explains the intent and scope of each move. Courses can be taken in any order.

This course is limited to practicing manual therapists.

#### Learning Environment:

Illustrated lecture

- Open inquiry atmosphere; questions encouraged; high degree of vitality and humour
- Participants will exchange palpation and practice BodyReading (visual assessment) on one another under supervised analysis of instructor (and assistants if required).

Venue: Av. António Augusto de Aguiar, # 9, 4º Dtº, Lisboa (junto á estação de metro do "parque")

Investment: 255 Euros for students of ITS who reserve before November 20, 2009; after price is 280 Euros.

Dates: 9 & 10 January 2010

Times: 9am – 5pm Saturday & Sunday

Contact: Mia Smith at

smithmia@msn.com or at +34 615 683 044

AETCA (Asociación Española de Técnicas de Contacto Acuático)

ANATOMY TRAINS

Las Cadenas Musculares en la Terapia Manual

Anatomy Trains es una nueva e revolucionaria manera de observar el cuerpo desarrollada por el ensayista y terapeuta de integración estructural norteamericano Thomas Myers, que a lo largo de su trayectoria profesional se ha formado con Ida Rolf, Moshe Fendelkrais, etc. Esta técnica permite, a través de un análisis simple de los patrones corporales de tejido blando desarrollar estrategias para equilibrarlos. El método es más efectivo con los problemas crónicos y de larga duración, que persisten a pesar de los tratamientos habituales de terapia muscular. Quieres aprender como llegar al origen de un problema?

Te gustaria crear un mayor equilibrio en tus clientes?

En estos dos días intensivos de la técnica Anatomy Trains conseguirás:

- Ø Entender la naturaleza de la red facial
- Ø Aprender como la red facial se organiza en 11 simples cadenas musculares
- Ø Aprender como estas cadenas musculares pueden provocar dolor lejos del punto del problema
- Ø Construir estrategias en la "lectura corporal" de estos patrones globales de la postura y el movimiento
- Ø Aprender a interpretar los patrones de la postura del paciente para encontrar el origen del problema
- Ø Desarrollar estrategias para resolver estos patrones un vez localizados
- Ø Aprender técnicas de relajación miofascial para estirar y liberar el tejido bloqueado

El curso será impartido por James Earls

James Earls lleva más de 16 años aplicando terapia manual y se ha formado en múltiples disciplinas. Há hecho la formación de la técnica de Anatomy Trains directamente con Thomas Myers, creador del método, y está autorizado para relajar cursos, como profesor registrado del método que es. Há viajado extensamente para formarse con los mejores profesionales del campo de las terapias manuales, y ahora está dedicado há impartir cursos por escuelas de Irlanda, Reino Unido y Europa. Há trabajado en el Triathlon Championships en Hawaii y ha sido invitado a trabajar con los equipos de la primera división inglesa de rugby e futbol enseñando medicina deportiva a los equipos y trayando con los problemas de los jugadores.

Se há especializado en liberación miofascial e integración estructural para libertar al cuerpo de las restricciones y restaurar el equilibrio postural corporal.

Local: LISBOA

Precio: €280

Fechas: 12 Y 13 JUNIO 2010

Horario: 9am – 6pm Sabado & Domingo

Contacto: Mia Smith

[smithmia@msn.com](mailto:smithmia@msn.com)

Para reservar una plaza necesita una copia de la transferencia bancaria de 100 Euros y la