

Programma Triennale Modulare di QiGong 2026

Data	Programma	Lezione condivisa con
17/18 Gennaio 9:00-18:00	Le 3 Regolazioni Le basi del QiGong. Storia e classificazioni tradizionali degli stili di QiGong, evidenze scientifiche. I 3 Tesori e i Canali in Medicina Cinese. Studio degli esercizi fondamentali del QiGong. Automassaggio armonizzante. Stretching dei Canali e meditazione della Piccola Circolazione Celeste	QiGong triennale modulare
31 Gennaio 9:00-17:00	Basi storiche MTC - Ying Yang, 5 movimenti. Cause delle malattie, percorso meridiani e localizzazione dei punti	Triennale di Agopuntura e Tuina
1 Febbraio 9:00-17:00	Classificazione Meridiani circolazione energetica punti comando.	Triennale di Agopuntura e Tuina
13 Febbraio 14:00-18:00	Elementi fondamentali del TuiNa, principi di tonificazione, armonizzazione e dispersione. Palpazione delle zone, Canali e punti.	Triennale di Agopuntura e Tuina
14/15 Febbraio 9:00-18:00	Basi di Medicina Cinese. Le 12 manovre principali Esercitazione sui Canali. Profondità e superficie delle manovre. Pratica di massaggio armonizzante per promuovere la fisiologia energetica	
27 Marzo 14:00-18:00	Pratica di TuiNa e QiGong Supervisione clinica	Triennale di TuiNa
10 Aprile 14:00-18:00	Pratica di TuiNa e QiGong Supervisione clinica	Triennale di TuiNa
15 Maggio 14:00-18:00	Pratica di TuiNa e QiGong Supervisione clinica	Triennale di TuiNa
5 Giugno 14:00-18:00	Pratica di TuiNa e QiGong Supervisione clinica	Triennale di TuiNa
13/14 Giugno 9:00-18:00	QiGong e 5 Movimenti I 5 Movimenti in Medicina Cinese e nella pratica del QiGong. Studio di una forma per lavorare sui 5 Movimenti, posizioni statiche e automassaggio secondo i 5 Movimenti. Stretching dei Canali e meditazione	QiGong triennale modulare
26/27 Settembre 9:00-18:00	Yi Jin Jing – Il classico della trasformazione dei tendini. Studio di una forma classica con azione sul sistema dei Canali TendinoMuscolari. Forma antichissima di tradizione buddista utile per decongestionare il sistema dei Canali e regolare il funzionamento della muscolatura.	QiGong triennale modulare
28/29 Novembre 9:00-18:00	Taiji QiGong Shi Ba Shi. Forma ispirata al Taiji Quan in cui il mantenimento della salute prende il posto delle finalità marziali. Promuove la fisiologia energetica stimolando la circolazione nei Canali in chiave YangSheng (Nutrire la vita)	QiGong triennale modulare