

## TRATTAMENTI SHIATSU NELLA SEDE DEL CRAL DI BOVISA (via La Masa, 34)

Lo SHIATSU è una tecnica di origine giapponese che, basandosi su pressioni portate su punti specifici con palmi, pollici e gomiti, stimola la naturale capacità di riequilibrio dell'organismo. E' abbinato a stiramenti e mobilizzazioni articolari che rendono la tecnica ancora più efficace.



I benefici che si ottengono riguardano pertanto sia la sfera psico-emotiva che quella fisica:

- ottimo per alleviare i comuni disturbi di tutti i giorni quali mal di testa, mal di schiena, torcicollo, cervicalgie, lombosciatalgie, ecc.
- lavora su rigidità e contratture migliorando la funzionalità delle articolazioni e conferendo elasticità al corpo
- abbassando il livello di stress, stimola le risposte immunitarie, conferisce calma e lucidità alla mente, migliora la qualità del sonno e dell'umore.

### L'OPERATRICE SHIATSU

I trattamenti saranno eseguiti da **Veronica Orlando** (mail: [veronica.orlando.shiatsu@gmail.com](mailto:veronica.orlando.shiatsu@gmail.com) – cellulare: 3491234212) che pratica lo shiatsu dal 1998. Ha conseguito il diploma di operatore shiatsu prima presso Ecolife International Shiatsu School, poi presso Accademia Italiana Shiatsu-Do a Milano, la più grande scuola di shiatsu italiana e infine l'attestato regionale di "Operatore Shiatsu" riconosciuto dalla Regione Lombardia, con tirocinio presso la Clinica Zucchi di Monza, l'Istituto Redaelli di Milano e Vimodrone, l'Istituto Golgi di Abbiategrasso, l'American Contourella di via Meravigli (Mi).

E' iscritta all'Associazione Professionale Operatori Shiatsu.

Attualmente è docente di shiatsu nei percorsi professionali presso l'Accademia Italiana Shiatsu-Do ed ha insegnato nei corsi di formazione professionale per operatori shiatsu finanziati dal Fondo Sociale Europeo. Da anni lavora all'interno di aziende quali RCS Mediagroup e Getfit Mediaset come terapeuta shiatsu, insegnante di Yoga, Do-in, Flexible e Ginnastica posturale e antalgica.



## DOVE E QUANDO POTER FARE I TRATTAMENTI SHIATSU

Una delle sale della sede del Cral di Bovisa (via La Masa, 34) è stata dedicata allo Shiatsu ed attrezzata con futon (il tipico materassino giapponese), neckroll ecc

Lì, previa **prenotazione tramite mail a [cral-poli@polimi.it](mailto:cral-poli@polimi.it)**, verranno eseguiti i trattamenti Shiatsu **a partire dal 21 aprile prossimo**

**OGNI MARTEDI' NELLA PAUSA PRANZO** (dalle 12:30 alle 14:30)

**OGNI GIOVEDI' NEL TARDO POMERIGGIO** (dalle 17:00 alle 19:00)

Non è necessario alcun abbigliamento particolare; si consiglia di portare eventualmente un cambio di abiti comodi (ad esempio maglietta, pantaloni della tuta, calzini) perchè il trattamento si effettua sulla persona vestita.

## COSTI DEI TRATTAMENTI

	COSTO [€]		
	SOCI CRAL	DIPENDENTI NON SOCI CRAL	ESTERNI
TRATTAMENTO PROVA DI 25 MINUTI *	15	18	20
TRATTAMENTO SINGOLO DA 25 MINUTI	25	28	30
PACCHETTO DI 5 TRATTAMENTI DA 25 MINUTI	110	125	130
TRATTAMENTO SINGOLO DA 50 MINUTI	40	43	45
PACCHETTO 5 TRATTAMENTI 50 MINUTI	180	200	210
* La <b>promozione</b> del TRATTAMENTO DI PROVA DI 25 MINUTI sarà utilizzabile solo dal 21 aprile al 31 maggio 2015 ed è valida solo per il primo trattamento effettuato			

## PRENOTAZIONE

Tramite mail: [cral-poli@polimi.it](mailto:cral-poli@polimi.it) entro tre giorni prima della data desiderata per il trattamento.