



SCUOLA DI AGOPUNTURA TRADIZIONALE DELLA CITTÀ DI FIRENZE

50018 Scandicci (FI) - Via Amendola, 18 - Tel.: 055 70.41.72
E-mail: info@scuoladiagopuntura.it - www.scuoladiagopuntura.it



CORSO TRIENNALE DI QI GONG 318 ore complessive

Il Qigong è un'antichissima pratica cinese che combina l'utilizzo di movimenti fluidi, respirazione controllata e meditazione per migliorare la salute e il benessere.

La parola Qigong significa letteralmente "lavoro del Qi" o "coltivazione dell'energia vitale".

La teoria che sorregge il Qigong è basata sulla medicina tradizionale cinese, che sostiene che il corpo sia attraversato da canali energetici chiamati "meridiani" e che la salute dipenda dal libero flusso di questa energia, chiamata "Qi", che talvolta può essere ostacolato. Quindi, secondo la teoria del Qigong, la pratica regolare di questa tecnica, può aiutare a sbloccare il percorso dell'energia e a ripristinare il flusso armonioso del "Qi", promuovendo così la salute e il benessere generale. Permette per esempio di "lasciar andare" e di "staccare" dopo una giornata di lavoro, riducendo il rischio del burnout in cui anche l'operatore TuiNa può incorrere.

Ci sono molte scuole di Qigong ognuna con la propria tradizione ma tutte si possono dividere in tre grandi categorie: QiGong medico, QiGong spirituale e QiGong marziale. Ciò che le accomuna sono le 3 Regolazioni: cioè lo studio della postura che con la pratica diventa allineata e armonica (Regolazione del Corpo), il lavoro sul respiro che si fa completo e profondo (Regolazione del Respiro), la ricerca di uno stato meditativo focalizzato sull'ascolto del corpo (Regolazione del Cuore). Nel nostro corso proporremo forme da tutte e tre le categorie prediligendo la tradizione spirituale taoista e la tradizione medica che si avrà occasione di approfondire durante il percorso formativo grazie a specifiche lezioni teoriche di medicina cinese.

IL CORSO:

Il corso pur essendo strutturato in tre anni è fruibile in modalità diverse:

- Anno unico con verifica conclusiva e relativa certificazione.
- Triennio completo, con esame e rilascio dell'attestato conclusivo.
- Singoli seminari (solo quelli contrassegnati nel calendario con la dicitura **"Seminari aperti"**) fruibili singolarmente da coloro che ne nutrano interesse.
- Pomeriggi di pratica, fruibili anche da iscritti esterni a patto che siano studenti di Tuina, di agopuntura e in generale delle MTC.

A CHI SI RIVOLGE:

- Il corso è fruibile da tutti, senza requisiti di base. Tuttavia per alcune delle modalità (**"modalità facilitata"** dettagliata di seguito) occorre essere operatori/studenti di tuina o medici agopuntori.
-

Lezioni condivise:

- Alcune lezioni del calendario sono contrassegnate con la dicitura **(CONDIVISA)**. Significa che queste lezioni verranno condivise con gli studenti del corso di tuina. Queste lezioni serviranno a comprendere le basi generali teoriche di MTC.
- Due pomeriggi di pratica saranno accessibili anche per gli studenti di tuina con le modalità che verranno di seguito descritte.

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE:

- **Operatori tuina e medici agopuntori e/o studenti di tuina e di agopuntura in corso di studi:** coloro che avessero già completato l'intero ciclo del triennale di tuina/agopuntura o che lo stessero frequentando contestualmente, avranno una modalità di trattamento economico e di frequenza in **"modalità facilitata"** *. Difatti, questi, dovranno mantenere l'80% di frequenza solo considerando i seminari obbligatori, dal momento che questi studenti sono esonerati dall'obbligo di frequenza nelle giornate che prevedono la compresenza col corso di tuina (evidenziate nel calendario in verde). Saranno comunque liberi di frequentare i moduli soggetti ad esonero.
- **Seminari aperti agli esterni:** è inoltre possibile per tutti iscriversi anche ad un singolo seminario (fra quelli contrassegnati nel calendario con la dicitura **"Seminario Aperto agli esterni"**) a condizioni ovviamente diverse, di seguito descritte.
- **Pratica di qigong:** due pomeriggi di pratica che saranno accessibili anche per gli studenti di tuina, di agopuntura e in generale delle MTC, con le modalità che verranno di seguito descritte.

ATTESTAZIONI RILASCIATE:

- È possibile frequentare anche solo un primo e un secondo anno, per ognuno dei quali verrà rilasciato il relativo certificato di frequenza, ma l'attestato come operatore Qigong si ottiene solo alla conclusione del triennio e alla relativa verifica finale.
- **Corso Triennale:** 318 ore complessive – attestato triennale a completamento e superamento dell'esame del terzo anno
- **Corso Annuale:** certificazione annuale su richiesta

Modalità di iscrizione:

L'iscrizione potrà essere sottoscritta entro il 5 ottobre 2023 direttamente in sede o compilata sul sito della scuola inviando la quota di iscrizione tramite bonifico bancario intestato alla Scuola di Agopuntura Tradizionale di Firenze, indicando cognome, nome, indirizzo e la causale "Iscrizione Triennale Qi Gong" o singolo seminario.

IBAN: IT07H0306902923100000002838.

- **Gli operatori tuina e i medici agopuntori e/o studenti di tuina e di agopuntura in corso di studi**, che volessero iscriversi con la **"modalità facilitata"** *, dovranno ricordarsi di inserire nel form di iscrizione la dicitura **'operatore tuina/medico agopuntore'** o **'studente di tuina/agopuntura'** (qualora fossero provenienti da altre scuole verrà richiesta documentazione attestante).
- Coloro che volessero partecipare ai **"Seminari aperti"** dovranno indicare nel campo note del form d'iscrizione, le date dei seminari ai quali intendono partecipare.
- Coloro che volessero partecipare **"alle pratiche di Qigong"** dovranno indicarlo nel campo note del form di iscrizione scrivendo **"pratiche pomeridiane"**.

COSTI ANNUALITA' e RIDUZIONI:

- **Costo annuale per il primo anno:** € 1.202,00 (comprensive di imposta di bollo).
(nei successivi livelli la scuola si riserva la possibilità di aumentare il costo fino al tetto massimo del 10%)
- **Per la prima annualità del triennale:** L'iscrizione può essere fatta in sede o online entro il 5 ottobre e deve essere finalizzata versando entro 14 giorni dalla compilazione del Form € 302,00 (comprensive di imposta di bollo).
- **Nel caso che il corso non parta per mancato raggiungimento del numero minimo, le quote di iscrizione verranno rimborsate.**
- Le rimanenti € 902,00 euro potranno essere pagate in un'unica soluzione o in successive 3 rate da € 302,00 da pagare rispettivamente entro il giorno 15 dei mesi di: dicembre 2023, febbraio 2024, marzo 2024.
- **Per gli operatori tuina e medici agopuntori e/o studenti di tuina e di agopuntura in corso di studi Il costo del primo anno è RIDOTTO a:**
€ 842,00 (comprensive di imposta di bollo e diventando di € 942,00 nei due anni successivi). L'iscrizione può essere fatta in sede o online e deve essere finalizzata versando, entro 14 giorni dalla compilazione del Form, tutto l'importo o € 422,00 (comprensive di imposta di bollo). Le rimanenti € 422,00 euro (comprensive di imposta di bollo) saranno da pagare entro il giorno 15 gennaio 2024. *(nei successivi anni la scuola si riserva la possibilità di aumentare il costo fino al tetto massimo del 10%)*

- **Seminari singoli aperti agli esterni:** € 187,00 (comprehensive di imposta di bollo). L'iscrizione può essere fatta in sede o online almeno 15 giorni prima del seminario e deve essere finalizzata versando l'importo entro 14 giorni dalla compilazione del Form.
- **Pratiche pomeridiane (ovvero due venerdì pomeriggio di pratica aperti):** i seminari di pratica aperti ai nostri studenti di tuina, di agopuntura, delle MTC, o agli operatori di queste discipline, saranno accessibili per loro al costo complessivo per entrambi di € 75,00, ridotta a € 50,00 se l'iscrizione sarà effettuata entro la fine di settembre.

RIDUZIONI speciali

Per i seminari singoli:

- chi avesse già frequentato alcuni seminari e desiderasse ripeterli potrà farlo pagando il 50% relativo. Es.: un seminario € 94,00 (comprehensive di imposta di bollo) anziché € 187,00 (comprehensive di imposta di bollo).

Per chi effettua l'iscrizione anticipata al primo anno:

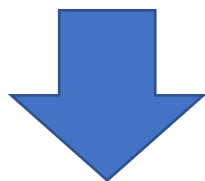
- **Chi effettuerà l'iscrizione al 1° anno del corso entro il 15 luglio, versando contestualmente la quota di iscrizione, avrà una riduzione di € 90,00 sull'annualità. (Questa riduzione è prevista per tutte le modalità di iscrizione annuali, ma è valida solo per questo primo anno). La riduzione andrà scalata sul pagamento relativo all'iscrizione. ES: la quota di € 302,00 del primo anno diventa di € 212,00; La prima sull'agevolazione riservata agli studenti di tuina e agopuntura passa da € 422,00 a € 332,00.**
- **La riduzione è applicabile solo a queste due formule di iscrizione.**

Regole:

- Obbligo di frequenza dell'80% - Verifica annuale – Esame di fine percorso con compilazione di una tesi a conclusione del terzo anno. Per la presentazione delle tesi **verrà indicata una data aggiuntiva.**
- È richiesto sempre un abbigliamento comodo, adeguato al tipo di formazione
- Rispettare il regolamento interno della scuola

In tutte le casistiche: una volta perfezionata l'iscrizione, in caso di ritiro anticipato, l'iscritto si impegna comunque a pagare il costo dell'intero anno anche quando abbia avuto accesso al pagamento rateizzato. La rateizzazione non comporta aggravii economici, ma verrà interrotta in caso di ritardi nei pagamenti non concordati, dando diritto alla scuola di richiedere il saldo immediato.

PROGRAMMA E CALENDARIO



PRIMO ANNO 2023/24**Orari sabato e domenica 9,00/13,00 – 14,00/18,00 (venerdì orario diversificato)**

Data	PROGRAMMA	DESTINATARI
21/22 ottobre 2023	Le basi integrate del QiGong: Le 3 Regolazioni	Seminario Aperto agli esterni
25/26 novembre 2023	Tao – Yin/Yang – 5 movimenti – analogie – generalità su organi e visceri. Elementi fondamentali del tuina - Do-In e rilassamento – Tuina e anmo - Principi di tonificazione e dispersione – Meridiani e i livelli: palpazione delle zone e dei livelli	(CONDIVISA con il corso di Tuina)
16/17 dicembre 2023	Energia, sangue, liquidi organici, jing, shen - Meridiani: significato, classificazione, criteri di relazione dei meridiani principali – Livelli energetici – Punti: classificazione, significato e metodi di localizzazione. Le 8 manovre principali – Esercitazioni sui vari distretti corporei – I meridiani ed i 3 tesori: palpazione e massoterapia – Digitopressione in tonificazione e dispersione dei punti – Profondità e superficie delle manovre.	(CONDIVISA con il corso di Tuina)
03/04 febbraio 2024	Sbloccare e pulire le articolazioni XiSuiJing -洗髓经 -Il Lavaggio dei Midolli d'Oro della dott.sa Ma	Seminario Aperto agli esterni
02/03 marzo 2024	Il QiGong e i 5 Movimenti WuXing QiGong - 五行气功 – Il QiGong dei 5 Movimenti di Liu Deming	Seminario Aperto agli esterni
22 marzo 2024 venerdì 14,00 – 19,00	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana
27/28 aprile 2024	La pratica del QiGong per nutrire i 3 Tesori e liberare i Canali <ul style="list-style-type: none"> Condivisione delle forme studiate Verifica conclusiva 	
24 maggio 2024 venerdì 14,00 – 19,00	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana

SECONDO ANNO 2024/25**Orari sabato e domenica 9,00/13,00 – 14,00/18,00 (venerdì orario diversificato)**

Data	PROGRAMMA	DESTINATARI
Primo fine settimana Settembre 2024	Il QiGong Taoista e l'alchimia <ul style="list-style-type: none"> BaDuanJin - 八段锦 - 8 pezzi di Broccato secondo la tradizione alchemica di Jeffrey Yuen 	Seminario Aperto agli esterni
Secondo fine settimana Ottobre 2024	La sessualità Taoista: il QiGong strumento di coltivazione personale <ul style="list-style-type: none"> QiGong dell'Elisir 	Seminario Aperto agli esterni
Terzo fine settimana Novembre 2024	<ul style="list-style-type: none"> Lezione sui canali secondari (curiosi, mtm e luo) del tuina 	(CONDIVISA con il corso di Tuina)
Quarto fine settimana Gennaio 2025	La sessualità Taoista: il QiGong strumento di coltivazione personale <ul style="list-style-type: none"> QiGong dell'Elisir 	Seminario Aperto agli esterni
Venerdì febbraio 14,30 – 19,30	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana
Quinto fine settimana aprile 2025	La voce strumento di espressione profonda: riequilibrare e pulire gli Organi LiuZiYe - 六字诀 - Il QiGong dei 6 suoni	Seminario Aperto agli esterni
Venerdì maggio 14,30 – 19,30	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana
Sesto fine settimana Maggio o giugno 2025	La pratica del QiGong per la trasformazione e scoperta costituzionale <ul style="list-style-type: none"> Condivisione delle forme studiate Verifica conclusiva 	

TERZO ANNO 2025/26**Orari sabato e domenica 9,00/13,00 – 14,00/18,00 (venerdì orario diversificato)**

Data	PROGRAMMA	DESTINATARI
Primo fine settimana Settembre 2025	La circolazione energetica: lo sblocco del rachide <ul style="list-style-type: none"> Lo sblocco del rachide: il QiGong del dott. Yayama 	Seminario Aperto agli esterni
Secondo fine settimana Ottobre 2025	Fluire tra le emozioni: il QiGong come pratica di armonizzazione della sfera emotiva <ul style="list-style-type: none"> Wu Qin Xi - 五禽戲 - Il Gioco dei 5 Animali, versione moderna 	Seminario Aperto agli esterni
Terzo fine settimana Novembre 2025	Il QiGong della Donna: promuovere la fisiologia del femminile <ul style="list-style-type: none"> DaoYin delle Acque lunari La ragazza di Giada 	Seminario Aperto agli esterni
dicembre 2025 venerdì 14,30 – 19,30	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana
Quarto fine settimana Febbraio 2026	Il QiGong e l'approccio comunitario <ul style="list-style-type: none"> Il QiGong e la pratica stagionale, prevenzione e promozione della salute 	Seminario Aperto agli esterni
Venerdì marzo 2026 14,00 – 19,00	- Pratica Qi Gong	Pratica pomeridiana
Quinto fine settimana aprile 2026	<ul style="list-style-type: none"> Lezione di diagnosi (8 regole, sindromi zang-fu, 4 elementi della diagnosi) 	(CONDIVISA con il corso di Tuina)
Sesto fine settimana Maggio 2026	Costruire una lezione armoniosa per gruppi e per singoli Criteri di selezione degli esercizi in base ai 3 Tesori <ul style="list-style-type: none"> Verifica conclusiva 	

**IL CALENDARIO DI OGNI ANNO PUO' ESSERE IN OGNI
MOMENTO SOGGETTO A VARIAZIONE DI DATE E CONTENUTI
COMPRESO IL GIORNO DI ESAME**