

## Trentino Alto Adige

a cura di Elena Faes

Il gruppo regionale Trentino Alto Adige della F.I.S.

propone:

**Quattro Elementi**  
**acqua-terra-fuoco-aria**  
**Attraverso i sensi e lo Zen**  
**Shiatsu** (Yugen Valter Umelesi)

Quattro fasi della Vita attraverso il viaggio negli elementi primari, aumenteremo la consapevolezza dello Zen Shiatsu arricchendo la nostra conoscenza di nuovi e validi strumenti di pratica.

TERRA

sabato 19 e domenica 20 maggio '07

Centralità, stabilità, resistenza; tutte qualità dell'elemento Terra che la pratica, gli esercizi energetici, la musica e la voglia di "mettersi in gioco" riusciranno a manifestare in ognuno di noi. Sintonizzarsi con la qualità energetica dell'elemento Terra vuol dire ricontattare la nostra parte viscerale e istintiva. Lavoreremo sulla separazione sentendola come una crescita e non un disagio. Conosceremo sempre elementi nuovi di pratica Zen Shiatsu, prevedendo l'uso di tecniche atte a contattare il tratto Stomaco-bocca (la nostra "proboscide") e a rendere più mobile la nostra colonna vertebrale che è da esso sostenuta fisicamente ed energeticamente.

Si tratteranno inoltre i punti "Finestre del cielo e Porte della terra"; punti di passaggio importanti dell'energia della terra, che ha il compito di essere mezzo di relazione con il mondo che ci accoglie e ci circonda. La pratica su questi punti sarà il nucleo centrale del kata che andremo a sviluppare.

Ad ogni elemento verrà dedicato un lavoro  
 specifico di Zen Shiatsu

I seminari sui Quattro elementi sono tenuti da Yugen Umelesi e da Luca d'Amico.

Si svolgono a Sanbo-Ji monastero di montagna, sulle colline Tosco-Emiliane

**Yugen Umelesi**, insegnante da diversi anni della *Scuola Zen di Shiatsu*<sup>®</sup>, e Operatore Zen Shiatsu presso il *Centro Trattamenti Zen Shiatsu* del Monastero Zen il Cerchio di Milano, ha messo a punto i seminari sugli elementi per offrire un'occasione a tutti i praticanti di Shiatsu, di approfondire la conoscenza della propria energia correlata agli elementi che ci costituiscono: Acqua, Terra, Fuoco, Aria.

**Luca d'Amico**, fondatore dell'*Accademia dello spettacolo*, artista, regista, insegnante di teatro; propone nei seminari un percorso attraverso le emozioni e i sentimenti degli elementi, un aiuto per esplorare nella nostra mente e nel nostro corpo nuovi territori di relazione e crescita dell'Essere.

Costo totale del Seminario compreso di soggiorno: **130,00 €**

Ricordiamo che la partecipazione è aperta a tutti i soci.

Per informazioni ed iscrizioni: **Elena 340 2571988**

**Ombretta 328 3338811**

COORDINAMENTO

## Emilia-Romagna

a cura di Carla Pola



Giornata di **incontro-**  
**approfondimento,**  
**domenica 20 maggio 2007**

Cari amici, desideriamo invitare tutti gli associati FIS, professionisti e studenti, ad un incontro - scambio che verrà organizzato a Modena presso la scuola di Shiatsu I.S.A. (via Morane 361) **il giorno 20 maggio 2007 dalle ore 10.00 alle ore 18.00.**

Scopo di questo incontro è favorire lo scambio di esperienze basate su tecniche varie tra operatori e scuole differenti.

Nella mattinata lavoreremo sugli esercizi di percezione, mentre nel pomeriggio affronteremo argomenti e pratica legati al trattamento di spalla e anca.

**Per partecipare alla giornata è richiesto un contributo di 20,00 €**

Nell'informarvi che ci sarà possibilità di pranzare presso la Polivalente Morane, accanto alla sede dell'incontro, vi invitiamo a partecipare e a segnalare la vostra presenza contattando il coordinamento regionale Emilia-Romagna.

Per informazioni e contatti:  
**emiliaromagna@regionifis.it**

**Carla 339 2263449**

**Stefano 335 8019143**

*Nell'attesa di incontrarci un caloroso saluto a tutti voi.*

## Friuli Venezia Giulia

a cura di **Saverio Cortigiano**

Trieste 06.02.2007

# A tutti gli Operatori Shiatsu FIS Friuli Venezia Giulia

**D**opo l'incontro in cui sono stato eletto Responsabile Regionale per il Friuli Venezia Giulia, proponiamo un incontro teorico/pratico dal titolo:

### *Trattamento della schiena*

CON SAVERIO CORTIGIANO E IL DOTT. RENATO TOFFANIN.

Verranno trattati i seguenti temi:

- 1) **Atteggiamento posturale.**
- 2) **Meridiani e dintorni.**
- 3) **Schiena e diaframma.**
- 4) **Il respiro.**
- 5) **Esercizi per liberare e rendere elastica la schiena.**
- 6) **Trattamenti liberi.**
- 7) **Discussione.**

L'incontro si svolgerà domenica **15 aprile** a **Trieste in via Tor Bandena, 3** (la sede si trova a due passi da piazza dell'Unità d'Italia dietro la Questura centrale).

L'orario sarà:

- 9,15 registrazione presenti
- 9,45- 12-30 inizio seminario
- 12,30 - 13-30 intervallo pranzo
- 13,45 - 17-00 continuazione seminario

il costo dell'incontro è di **40,00 €**

Per superare ora le difficoltà di procedere alla programmazione e conduzione del Gruppo Regionale FIS chiedo la collaborazione di tutti voi con idee e proposte per migliorare il rapporto tra Operatori, studenti e simpatizzanti F.I.S.

**Per informazioni e contatti:**

[friuliveneziagiulia@regionifis.it](mailto:friuliveneziagiulia@regionifis.it)

Rino 3288746032

Il Responsabile Regionale  
Cortigiano Saverio

## Responsabili regionali

Piemonte: **Igor Pocattera**  
[piemonte@regionifis.it](mailto:piemonte@regionifis.it)  
tel. 011.6066671 - 340.4021526

Lombardia: **Stefania Schezzini**  
[lombardia@regionifis.it](mailto:lombardia@regionifis.it)  
tel. 349.2368953

Trentino Alto Adige: **Elena Faess**  
[trentinoaltoadige@regionifis.it](mailto:trentinoaltoadige@regionifis.it)  
tel. 0464.390086 - 340.2571988

Veneto: **Enrico Chiffi**  
[veneto@regionifis.it](mailto:veneto@regionifis.it)  
tel. 347.0338881

Friuli Venezia Giulia:  
**Saverio Cortigiano**  
[friuliveneziagiulia@regionifis.it](mailto:friuliveneziagiulia@regionifis.it)  
tel. 040.635850 - 328.874632

Liguria: **Davide Staunovo Polacco**  
[liguria@regionifis.it](mailto:liguria@regionifis.it)  
tel. 0183.296932 - 339.4408830

Emilia Romagna: **Carla Pola**  
[emiliaromagna@regionifis.it](mailto:emiliaromagna@regionifis.it)  
tel. 339.2263449

Toscana: **Aldina Papale**  
[toscana@regionifis.it](mailto:toscana@regionifis.it)  
tel. 0555.579872

Marche: **Giuseppe Vagnoni**  
[marche@regionifis.it](mailto:marche@regionifis.it)  
tel. 338.8536903

Umbria: **Anna Rita Deini**  
[umbria@regionifis.it](mailto:umbria@regionifis.it)  
tel. 338.4089896

Lazio: **Claudio Pinna**  
[lazio@regionifis.it](mailto:lazio@regionifis.it)  
tel. 06.50918546 - 06.52363383  
329.6196828

Abruzzo: **Ivano Ciotti**  
[abruzzo@regionifis.it](mailto:abruzzo@regionifis.it)  
tel. 0863.412436 - 333.8442331

Campania: **Dorotea Carbonara**  
[campania@regionifis.it](mailto:campania@regionifis.it)  
tel. 081.7022321 - 333.3795853

Puglia: **Barbara Pianelli**  
[puglia@regionifis.it](mailto:puglia@regionifis.it)  
tel. 080.4449845 - 349.2973018  
fax 080.4446046

Calabria: **Renato Zaffina**  
[calabria@regionifis.it](mailto:calabria@regionifis.it)  
tel. 0968.433760 - 0968.29272 - 338.7450429

Sicilia: **Giuseppe Orlando**  
[sicilia@regionifis.it](mailto:sicilia@regionifis.it) tel. 338.3258208

**Coordinatore R.R.**  
**Uri Luciano Ardesi**  
[info@regionifis.it](mailto:info@regionifis.it)  
[coordinatore@regionifis.it](mailto:coordinatore@regionifis.it)  
tel. 0471.918470 - 339.6711794