

## **Dipartimento d'Italia della Scuola di formazione internazionale dell'Università di Medicina Cinese di Henan**

### **Corso per operatore della salute e riabilitazione in Qigong, Taijiquan, Tuina - Medicina Tradizionale Cinese 2023 - 2025**

Finalità:

Questo corso riassume alcuni dei concetti teorici fondamentali della antica arte medica cinese dando nel contempo, oltre alle conoscenze multidisciplinari, gli strumenti pratici - operativi indispensabili al discente per conservare e ripristinare il proprio stato di vitalità e benessere.

Agli operatori della salute, invece, offrirà un ventaglio di opzioni ulteriori per stimolare e guidare i pazienti verso l'equilibrio energetico e la salute psicofisica

Il corso è articolato in due anni:

I anno novembre 2023 – novembre 2024

Il anno dicembre 2024 – novembre 2025

Suddivisi in 4 semestri che prevedono 2 incontri al mese (non meno di 3 ore ognuno)

Le lezioni teoriche e pratiche saranno erogate on line su piattaforma Zoom.

Al termine di ogni semestre è previsto uno stage in presenza (presso la sede della scuola) della durata di 2 giorni (7h+7h) per approfondimento e verifica delle materie di studio.

Al termine del primo anno (2 semestri) verrà rilasciato dall'associazione TUHE un attestato di frequenza.

Al termine del biennio verranno rilasciati, dopo aver superato l'esame finale, certificazione di studi dell'Università di Medicina Cinese di Henan e di Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal CONI.

## **Programma di studio biennale**

### **I anno**

Obiettivo: sviluppo dell'energia interiore, corretta respirazione, visualizzazione e concentrazione, movimento consapevole.

### **Teoria**

- Cenni di storia del Qigong, del Taijiquan e del TuiNa
- Fondamenti di Filosofia della Medicina tradizionale Cinese
- Teoria di MTC elementi: Qi (energia), Xie (sangue), Jin Ye (liquidi), meridiani e punti notevoli di agopuntura
- Fitoterapia in medicina cinese (tisane)
- Elementi di anatomia
- Elementi di P.N.E.I. (PsicoNeuroEndocrinologia e scienza della cura integrata)
- Elementi di psicosomatica

### **Tecnica**

Qigong:

- ZhanZhuang, antica tecnica per il benessere (postura, circolazione energetica, concentrazione)
- Kai He Gong, antico esercizio di respirazione e coordinazione del corpo.
- Automassaggio, 5 antiche tecniche in posizione eretta
- Movimento consapevole delle articolazioni
- 5 esercizi di respirazione (antiche tecniche di respirazione abbinate a movimenti terapeutici)

- 6 esercizi dell'energia del fuoco (movimenti per stimolare e accrescere l'energia sia interna che fisica con respirazione controllata)
- Ba Duan Jin: 8 pezzi di broccato (antico esercizio terapeutico di Qigong)
- Yi Jin Jing: il Classico del Cambiamento dei Tendini- Muscoli (esercizio di Qigong del tempio Shaolin).

Taijiquan:

- Chansigong (esercizio del bozzolo di seta - tecniche di base)
- Forma 9: forma breve di Taijiquan stile Chen

TuiNa (elementi di massaggio tradizionale cinese):

- Dian (digitopressione in un punto specifico), An (pressione statica in una zona del corpo), Mo (frizione rotatoria), Tui (spingere con il palmo, il pugno e il pollice), Na (pizzicamento), Rou (impastamento) Coppettazione, Moxibustione e Guasha (secondo il metodo della MTC).

## **Il anno**

### **Teoria**

- Elementi di anatomia
- Elementi di P.N.E.I. (Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata)
- Elementi di psicosomatica
- Elementi di dietologia e stile di vita

Approfondimento della teoria della Medicina Tradizionale Cinese

Approfondimento dello studio dei punti notevoli nelle tecniche di digitopressione

## **Tecnica**

### Qigong

- Guan Qi Fa (tecnica di permeazione del Qi attraverso il corpo per il bilanciamento e l'armonizzazione dell'energia)
- il gioco dei Cinque Animali - Wu Qin Xi (antichissima pratica terapeutica per stimolare l'energia)
- i 6 suoni - Liu zi jue (esercizio per i 5 organi e il triplice riscaldatore)

### Taijiquan

Chansigong 2 (esercizi del bozzolo di seta – tecniche di base avanzate)

Forma 19 compatta: forma di Taijiquan stile Chen ideale per essere praticata in spazi ridotti

Tuina 2 approfondimento pratico delle tecniche studiate

Fitoterapia in medicina cinese, preparazione pratica di infusi e tisane

Studio della scheda pratica da consigliare in base alle patologie

## Costo del I anno

<b>Corso I anno in promozione <u>entro settembre 2023</u></b>	<b>€550</b>
iscrizione università Henan + iscrizione *EPS	
+ assicurazione (per l'intero corso)	€150
<b>totale:</b>	<b>€700</b>

<b>Corso I anno in promozione <u>entro ottobre 2023</u></b>	<b>€730</b>
iscrizione università Henan + iscrizione *EPS	
+ assicurazione (per l'intero corso)	€150
<b>totale:</b>	<b>€880</b>

<b>Corso I anno dal 1 novembre 2023</b>	<b>€860</b>
iscrizione università Henan + iscrizione *EPS	
+ assicurazione (per l'intero corso)	€150
<b>totale:</b>	<b>€1010</b>

\*Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI

## Costo del II anno

(ridotto del 18% ca. e compreso tassa di esame)

**€710**

Le lezioni on line saranno registrate e rese disponibili (per un periodo di tempo limitato) agli studenti che dovessero risultare assenti in alcune delle date previste.

Saranno ammessi all'esame gli studenti in possesso dell'attestato di frequenza del I anno che abbiano frequentato almeno l'80% delle ore di insegnamento on line.

**lezioni su piattaforma Zoom 51 ore (ogni lezione 3 ore)**

**lezioni in presenza 28 ore (ogni lezione 7 ore)**

**Totale 79 ore/anno**

**Per facilitare l'apprendimento delle materie del programma e lo studio delle tecniche in maniera autonoma, saranno resi disponibili per gli studenti:**

- strumenti multimediali di supporto (video dimostrativi degli esercizi pratici insegnati dal maestro durante il corso).**
- documenti testuali relativi alle presentazioni delle lezioni teoriche.**

**Per approfondimenti di teoria e pratica è consigliabile il libro "Taijiquan stile Chen" del M° Jia Jingquan disponibile in tutte le librerie e su Amazon.**

**Inoltre gli studenti del corso biennale potranno accedere, usufruendo di una consistente agevolazione economica, a tutti i seminari in presenza (extra corso) che verranno organizzati dal M° Jia.**

**La stessa agevolazione verrà riconosciuta agli studenti che vorranno acquistare i video corsi di Qigong e Taijiquan del maestro.**

Docenti:

Jia Jingquan Maestro di Taijiquan, Qigong, Tuina

Dr.ssa Yang Lei medico tradizionale cinese

Dr. Zhou Youlong Direttore della scuola di formazione internazionale dell'università di medicina tradizionale cinese di Henan

Dr.ssa Shao Sujiu Direttore della sezione clinica dell'associazione cinese per l'agopuntura e la moxibustione (CAAM)

Dr.ssa Lu Peiwan Vice capo medico della medicina tradizionale cinese dell'ospedale provinciale di Henan

Dr. Oreste Caporale specialista in igiene e medicina preventiva

Dr. Rosario Savino neuropsichiatra infantile specialista Pnei

Dr. Domenico Piccolboni specialista in chirurgia generale

Istruttore Ciro Liguori

Istruttore Giuseppe Grezio

## **Calendario**

Lezioni on line, di sabato ore 10.00 – ore 13.00

Lezioni in presenza, di sabato e domenica ore 09.00 – ore 17.00  
con un ora di pausa.

### **2023**

dicembre 16 3h

### **2024**

gennaio 13 - 27 6h

febbraio 10 - 24 6h

marzo 9 - 23 6h

aprile 6 - 20 6h

maggio 11 - 25 6h

giugno 8 3h

giugno 15 - 16 in presenza 14h

settembre 7 - 21 6h

ottobre 5 - 19 6h

novembre 9 3h

novembre 16 – 17 in presenza 14h