

Roma, 21 Settembre 2014

Ai Comitati UISP del LAZIO  
A tutte le società del Lazio iscritte per la stagione 2013/2015  
Al Presidente dell'Uisp regionale del Lazio - Natalino NOCERA  
Alla Resp.le Commissione Formazione e Progetti Regionale  
Daniela Conti  
e p. c. All'A. D. O. nazionale  
LORO SEDI

OGGETTO: Corso Nazionale per Operatori di Shen Yoga

### Che cosa è lo SHEN YOGA?

E' un nuovo metodo di attivazione fisica, mentale ed energetica adattato alle diverse disabilità con particolare riferimento a quelle mentali.

Il suo fondatore, Sergio Olivieri, insegnante di Kundalini Yoga e di Tai Chi Chuan ed esperto di Judo, dall'approfondimento di uno studio e di una pratica trentennale di queste discipline – ha elaborato lo Shen Yoga adattando queste esperienze alle esigenze di persone con “diversa abilità”.

Il metodo è stato riconosciuto nella sua validità operativa e formativa dall' ADO UISP nazionale, che ha contestualmente riconosciuto come Scuola di formazione i corsi organizzati per diffondere tale metodo secondo criteri specifici e sotto la direzione dell'unico insegnante al momento abilitato, il fondatore stesso del metodo Sergio Olivieri.

Uisp Lazio e Ado Uisp propongono ora un primo Corso per Operatori Shen Yoga. Il corso è promosso su scala locale ma l'adesione è aperta su scala nazionale, come il suo diploma finale che sarà rilasciato dall'ADO UISP nazionale e avrà dunque validità sull'intero territorio italiano.

### IL CORSO

Il corso durerà 16 weekend in totale, l'ultimo dei quali sarà residenziale con esami finali.

Tranne che nel weekend residenziale, la sede del corso sarà il centro Il Cerchio e l'Acqua, sito in Fiano Romano (Rm), via Giordano Bruno 1.

Orario giornaliero di ogni incontro: **9,30-12,30 / 13,30-18,30** per un totale di 260 ore di lezioni frontali e pratiche.

Sono inoltre obbligatorie 45 ore di tirocinio che si svolgeranno presso le sedi istituzionali site a Fiano Romano, Formello, Riano, tutte in provincia di Roma, dove già si applica lo Shen Yoga, in collaborazione con le Cooperative Onlus Sinergie e Oltre e i comuni di Fiano Romano, Formello, Riano.

Le ore di tirocinio presso le suddette sedi si svolgeranno nei giorni di lunedì, martedì, mercoledì, in orario pomeridiano, indicativamente 15,30-17,00.

Le iscrizioni al corso si chiuderanno al raggiungimento di **20 partecipanti**.

Costo del corso - comprensivo di materiale didattico ed escluso il costo di vitto e alloggio del weekend residenziale è di € **1.500,00** per partecipante, con possibilità di rateizzazione della quota da concordare con la Segreteria al momento dell'iscrizione. Quote che dovranno pervenire all'A.D.O. UISP Regionale, mediante il versamento sul **c/c postale n. 99755001** intestato a: **UISP Comitato regionale del Lazio - Largo Nino Franchellucci, 73 - 00155 Roma**, specificando nella causale: “Corso nazionale per operatori Shen Yoga 2014-2015”.

Le copie dei versamenti dovranno essere consegnate dagli iscritti, contestualmente alla tessera UISP per la stagione sportiva 2014/2015 ed il Budopass.

Ogni partecipante invierà una e-mail a : [lazio@uisp.it](mailto:lazio@uisp.it) che stilerà l'elenco e dovrà avere il numero minimo di 20; **le iscrizioni, saranno accettate improrogabilmente fino al 31/10/2014.**

### A CHI E' RISERVATO

Il corso è riservato a insegnanti certificati di discipline psico-fisiche (es. Yoga, Tai Chi Chuan, Judo, Arti marziali, Ginnastica posturale, Feldenkrais, etc.), laureati in Scienze Motorie, operatori Discipline BioNaturali (Shiatsu, Tuina, etc.), medici, fisiatristi, fisioterapisti, operatori sociosanitari, osteopati, naturopati.

## CONTENUTI DEL CORSO

Cenni storici sullo Yoga. Gli Yoga classici. Il Prana. La respirazione nello Yoga. Alcune Asana dello Yoga con particolare riferimento al Kundalini Yoga. La meditazione dello Yoga. Cenni storici sul Tai Chi Chuan. Le Scuole di Tai Chi Chuan. Il CH'I, percezione ed utilizzo. Le 18 Terapie. Qi Gong. Otto pezzi di broccato. La meditazione del Tai Chi Chuan.

Elementi di anatomia e fisiologia . Fisiologia articolare. La conoscenza delle più diffuse disabilità fisico-mentali.

Elementi di Psicologia. La Psicologia applicata alla disabilità. Elementi di sociologia.

Lo Shen Yoga. Le 108 tecniche. Le posture dell'operatore durante la seduta di Shen Yoga. La corretta respirazione dell'operatore. L'importanza del contatto corpo ,mente e cuore tra operatore e disabile. La giusta concentrazione.

L'importanza del rilassamento. Il rapporto operatore- disabile. La figura dell' operatore Shen Yoga. Dove si inserisce il suo operato. Il rapporto operatore- ADO UISP.

### Info logistiche.

Possibilità di pernottare gratuitamente sulla materassina del Centro che ospita il corso (munirsi di sacco a pelo).

Altre convenzioni alberghiere saranno comunicate in seguito.

Per ulteriori ed eventuali informazioni sul corso contattare Sergio Oliivieri cell.3382545097.

Per altre informazioni organizzative rivolgersi all' UISP Regionale Lazio, [tel. 06/43984325](tel:0643984325) – [fax 06/43984320](tel:0643984320)

[mail : lazio@uisp.it](mailto:lazio@uisp.it)

Eventuali variazioni delle date o della sede, saranno comunicate tempestivamente a tutti i partecipanti, via e-mail.

Con l'occasione inviamo i nostri più cordiali saluti.

Il Presidente regionale A. D. O.

(Enrico Governale)