



un tocco dal cuore
accademia di massaggi orientali

Massaggio Hawaiiiano

Il massaggio Hawaiiiano deriva dagli insegnamenti dei **Kahuna, gli sciamani delle isole Hawaii**, che lo utilizzavano come rituale di guarigione e rito iniziatico di passaggio.

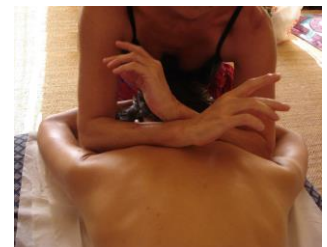


Il massaggio hawaiano proposto in questo corso è un'intelligente combinazione di manovre muscolari, mobilizzazioni articolari e lavoro energetico, integrato con rituali che ricordano la sua provenienza da una cultura "nativa", connessa alla Terra.

La stanza viene predisposta con simboli degli **elementi Terra, Fuoco, Acqua e Aria**: fiori e cristalli, candele, acqua e conchiglie, piume e incensi.

Si comincia massaggiando **il dorso, poi gambe e piedi**, alternando il massaggio vero e proprio a tecniche di **"wiggling" (dondolamento) per mobilizzare la colonna vertebrale**.

Si continua massaggiando viso e collo poi si prosegue con **la parte frontale del corpo combinando massaggio con tecniche di stretching e mobilizzazione del bacino**. Si conclude con lunghe tecniche di avambraccio che vanno avanti e indietro lungo tutto il corpo come **onde di energia**.



Infine la persona viene avvolta nel lenzuolo come in un **simbolico bozzolo** dove può sperimentare un momento di grande silenzio ed abbandono, dal quale poco dopo "rinasce" fresca, nuova, rilassata.

Il massaggio hawaiano può essere "modulato" sui bisogni della persona. Movimenti a ritmo lento accompagnati da musica dolce portano ad un **piacevole rilassamento**; le stesse tecniche eseguite in modo più intenso e combinate con musiche etniche ed un uso consapevole dell'energia possono procurare un **intenso effetto rivitalizzante**.

Il corso di base verrà condotto da **Apeksha Enrica Dubini a Milano presso la sede in via C. Balbo 10** [MM3 Porta Romana; linee 9, 90/91] in 4 giornate nelle date:

➤ **12-13 / 26-27 settembre 2015**

Per informazioni rivolgersi a:

Apeksha Enrica Dubini tel. 02-5469907; cell. 335-6639834;
www.untoccalcuore.com ; e-mail enrica.dubini@alice.it

Enrica Dubini, laureata in chimica, per oltre vent'anni ricercatrice in campo farmaceutico, è la responsabile dell'Accademia e docente di: massaggio hawaiano, Sea Malay massage, stretching, massaggi e trattamenti ayurvedici, Atmabhyangam, stone massage.

E' l'ideatrice del Crystal Energy massage, combinazione di massaggio manuale e con i cristalli, e di AyurLifting (metodo antiage per il viso) e Oneness blis massage.

Ha una formazione anche di: MANA LOMI, Reiki, Aquawellness, massaggio californiano, massaggio psichico, massaggio tantrico kashmiro, cristalloterapia, Colorpuncture (metodo Peter Mandel), Fiori di Bach, costellazioni familiari e tecniche di meditazione. E' maestra di Ikebana (l'arte giapponese di disporre i fiori).