



Presentazione Corsi



Il programma di formazione **Bodymind** si sviluppa nel contesto della trentennale esperienza formativa di Sabrina Sereni, health coach, naturopata umanistica e operatore bioenergetico oltre che estetista.

Il programma **Bodymind** nasce per soddisfare l'esigenza di un sempre maggior numero di estetiste e professionisti del settore, che richiedono tecniche e manualità sempre più avanzate e professionali.

La nostra formazione, centrata sulla Naturopatia Umanistica e la Bioenergetica, ha dato vita all'idea di un'estetica fortemente motivata dalle nostre conoscenze psico-corporee, la quale rappresenti una valida integrazione tra l'operatività estetica tradizionale e i concetti della bioenergetica occidentale e orientale, il cui obiettivo finale è il **raggiungimento di un benessere psicofisico globale della Persona**. Operare con la Bio-estetica presuppone, prima di tutto, un atteggiamento interiore amorevole del professionista verso il suo lavoro e una **continua ricerca di perfezionamento**, sia come tecniche che come risultati.

Diventa allora importante il **saper dare attenzione al cliente prima, durante e dopo il trattamento**, perciò il nostro insegnamento comprende anche l'etica comportamentale e le tecniche di comunicazione. Consapevole di operare per un pubblico esigente e altamente informato, Sabrina Sereni, responsabile del progetto **Bodymind**, ha messo a punto un'ampia gamma di corsi, in grado di offrire agli allievi le conoscenze teorico-pratiche utili per l'applicazione corporea e umanistica di queste tecniche. Ma la vera perla è l'inserimento, nelle manualità estetiche, del **Tocco Shen, nostra tecnica esclusiva e punta di diamante della nostra formazione.**

Significa che la mano dell'operatore estetico acquista un tocco morbido, particolare che, come ci insegna l'esperienza, diventerà suo patrimonio personale e lo distinguerà da tutti gli altri.

Il Tocco Shen (fulcro della Naturopatia Umanistica e della Bioenergetica) è stato inserito nel programma di Bioestetica, nei seguenti Corsi di Massaggio:

- Body Dream
- Californiano
- Ayurvedico
- Armonizzante
- Terra-Fuoco
- Diamant
- Chakra Shao Massage
- Luce Celeste
- Introduzione al Biomassaggio Energetico

e nella stupenda serie dei Tai Massage:

- **Yin massage**, la Fermezza del Cielo
- **Yang Ming Massage**, la Creatività dell'Uomo
- **Yang massage**, la potenza della Terra

In tempi recenti, grazie al programma Bodymind, anche alle estetiste è stata data la possibilità di partecipare a corsi di introduzione agli insegnamenti e alle tecniche della Bioenergetica.





Body Dream Massage®

*“Se la tensione muscolare non cessa,
l’Io non può affievolirsi e il corpo
non può andare a dormire”*

*Alexander Lowen
Psicologo*

Questa tecnica, composta da una sequenza codificata di **movimenti fluidi e armoniosi**, deriva direttamente dall'esperienza bioenergetica. Facile da apprendere, questo massaggio può essere insegnato a chiunque e può diventare, per i Centri Benessere, un prodotto assolutamente nuovo ed originale che li qualifica presso una clientela sempre più esigente e sempre più bombardata dai soliti messaggi pubblicitari.

Specifico per risolvere problemi di insonnia e disturbi del sonno, questo massaggio consentirà alla persona trattata, fin dalle prime sedute, di dormire profondamente e serenamente



Difficoltà: Semplice



Durata del corso: 24 Ore



Massaggio Armonizzante

Una tecnica di massaggio semplice, dolce e avvolgente,
altamente detensionante, che consente
alla persona che lo riceve di lasciare andare le tensioni quotidiane.

Riattiva la circolazione sanguigna, consentendo al corpo di essere drenato e rimodellato,
in un susseguirsi fluido e armonico di movimenti, grazie all'utilizzo di olio da massaggio.
È una tecnica eccezionale, utile per affrontare problematiche di cellulite, ritenzione idrica,
pesantezza agli arti inferiori e stanchezza fisica generale.

Utilizzando l'impastamento come manualità di base, può essere impiegato
come ottimo massaggio antistress, anche su persone con notevoli tensioni
alla schiena, collo e alle spalle.



Difficoltà: Semplice



Durata del corso: 32 Ore



Massaggio Ayurvedico

Massaggio senza tempo sui corpi senza età. Grazie alle sue tradizionali manualità lente, ritmate e profonde, consente un'apertura dolce e progressiva del diaframma e una notevole mobilitazione di tutte le articolazioni del corpo.

Dona elasticità alla muscolatura, disintossica i tessuti, riporta l'armonia nella mente ed infonde in chi lo fa e chi lo riceve **piacere e gioia di vivere**.

L'insegnamento di questa tecnica è strutturato su 2 livelli:

- Il **primo livello** lavora sull'elasticità della struttura articolare, sulla percezione e potenziamento del respiro e, tramite movimenti lenti e ritmati, effettua uno stretching dolce e progressivo su tutto l'apparato muscolare.
- Il **secondo livello**, grazie all'impiego di oli essenziali caldi (che vengono scelti in base alla struttura morfologica della persona), viene considerato in assoluto uno dei massaggi più belli, avvolgenti e sensoriali che il mondo conosca.



Difficoltà: Impegnativo



Durata del corso: 32 Ore I livello

Durata del corso: 32 Ore II livello



Californian Energetic Massage

È un bellissimo massaggio che porta dentro di sé il profumo e il clima della California, dalla quale proviene. Le sue manualità dolci e avvolgenti permettono al corpo di **lasciarsi andare ad un completo relax e ad un caldo benessere.**

Grazie ai movimenti specifici di questo massaggio, i muscoli si distendono, mettendo in circolazione tutta la loro energia, che si evidenzia all'esterno con la brillantezza dello sguardo e un sereno sorriso. Inoltre è anche un'eccezionale tecnica per destressare e defaticare.

Nella pratica dell'insegnamento vengono introdotte **manualità che si avvalgono essenzialmente dell'utilizzo degli avambracci**, caratteristica primaria di questo massaggio. Tale tecnica permette una profonda spremitura della muscolatura di tutto il corpo, donando così un grande senso di benessere.



Difficoltà: Impegnativo



Durata del corso: 32 Ore



Tai Qi Massage®

Dalla millenaria esperienza dell'Energetica Cinese, che pone come mediatore tra cielo e terra l'uomo, animale eretto, in quanto ha i piedi sulla terra e la testa nel cielo, abbiamo ricavato un massaggio che non solo utilizza questo sapere, ma che inserisce in esso, recuperandoli, movimenti del massaggio svedese, del massaggio sportivo e valorizza determinati movimenti del massaggio estetico andati perduti perchè sostituiti dalle macchine. Inserire nel contesto energetico cinese manipolazioni occidentali, rende questo massaggio un valido strumento applicabile a svariate tipologie di persone.

Questa tecnica si sviluppa su 3 piani energetici



Difficoltà: Media



Durata del corso: 48 Ore



1-

Un massaggio essenzialmente Yang, che lavora sul livello energetico della terra (Yin), in modo da formare uno splendido TaiQi. Per ottenere ciò, le **manipolazioni** di questo massaggio, sono particolarmente **energetiche e ritmate**.

2-

Un livello intermedio, livello dell'Uomo, che pur vivendo sulla Terra comprende ed apprende dal Cielo. Eticamente chiamiamo questo livello Yang Ming (il Grande Equilibrio), rappresentazione stessa di un TaiQi. In questa sequenza le **manipolazioni** sono particolarmente **equilibrate** al fine di mantenere questa sinergia.

3-

Un massaggio essenzialmente Yin, che lavora sul livello energetico del Cielo (Yang), in modo da formare un ulteriore splendido TaiQi. Le **manipolazioni** sono, in questo caso, **più lente e distensive**.

Queste 3 sequenze di massaggio possono essere eseguite singolarmente o unificate tutte insieme in un contesto armonico.

Tai Qi Massage



Diamant Massage®

Una novità assoluta ed esclusiva che è per i
Centri del Benessere un prodotto **prezioso come un diamante**.

È un massaggio meraviglioso che si avvale di una “summa” di più tecniche e che utilizza le linee energetiche (Meridiani) della **Medicina Tradizionale Cinese**.

Queste tecniche permettono una grande riattivazione a livello della circolazione sanguigna e linfatica e una forte depurazione e disintossicazione generale.

Specifico nelle **tecniche di rimodellamento del corpo**, si è dimostrato efficacissimo nei casi di adipe localizzato e in presenza di cellulite fibrosa.

Lavorando su tutti i Meridiani, ha il forte potere di riequilibrare energeticamente il corpo, soprattutto laddove vi siano degli squilibri energetici già in corso.

È infatti alquanto efficace in presenza di:

Stipsi, sovrappeso e obesità, metabolismi rallentati, debolezza e spossatezza, ritenzione idrica, stasi linfatiche e sanguigne, cellulite, pelle secca e/o asfittica, intossicazioni da cibo, fumo, caffè, effetti collaterali della menopausa e per dare una sferzata di energia ogni qual volta ve ne sia bisogno.



Difficoltà: Impegnativo



Durata del corso: 32 Ore



Massaggio Terra-Fuoco®

Il massaggio con pietre vulcaniche calde frutto della nostra ventennale esperienza in tecniche corporee occidentali tese al benessere e tecniche orientali tese alla salute psicofisica. Utilizzando le pietre calde donateci dalle profondità del ventre della terra, abbiamo codificato uno splendido massaggio che utilizza le linee energetiche proprie della Medicina Tradizionale Cinese per far scorrere l'energia e il calore delle pietre al fine di detensionare, energizzare e rivitalizzare un corpo desideroso di essere accudito, accolto e coccolato. È un massaggio che risveglia il fuoco interiore, l'energia primordiale che è dentro ognuno di noi.

Grazie all'utilizzo alternato di pietre calde e fredde, il massaggio lavora sul movimento energetico yin/yang, che simboleggia il ciclo duale e continuo della vita, rappresentazione della trasmissione della pulsazione cosmica nel corpo umano. Oltre alla nostra personale codificazione di questo massaggio abbiamo inserito, su base bioenergetica, un completamento della sequenza con altre manualità non facenti più riferimento alle linee energetiche ma ad uno scioglimento e detensionamento della corazza muscolare. La chiusura della sequenza utilizza una tecnica di massaggio taoista.



Difficoltà: Impegnativo



Durata del corso: 32 Ore



Chakra Shao Massage®

Stupendo ed originale massaggio, lavora sullo sblocco dei canali e dei centri di energia, del Piccolo e del Grande Circuito Energetico Celeste, con lo scopo di attivare la circolazione dell'energia, per trasformare la composizione cellulare in una sostanza ad alta energia.

Il trattamento di tutti e 7 i Chakra, unito al trattamento e massaggio del Grande Circuito Energetico Celeste, dona in chi lo riceve, un potente e benefico riequilibrio energetico, che si riflette a livello fisico, mentale ed emozionale, con un grande senso di benessere, di centratura, di radicamento e di forza fisica interiore, uniti ad una grande pace e serenità e ad una gioia e gratificazione, raramente sperimentati prima.
Un viaggio da fare, un'esperienza da provare!



Difficoltà: Molto impegnativo



Durata del corso: 32 Ore



Luce Celeste®

Questo massaggio Viso è in parte Bioenergetico, e in parte segue le linee dei meridiani dell'agopuntura. Entrambi fusi, amalgamati e resi importanti dal Tocco Shen. Lo Shen è la consapevolezza costante, l'attenzione alla persona, la percezione della tonicità o delle contratture dei muscoli facciali.

Il massaggio dei Punti Celesti dona al viso la distensione, il colorito e la luminosità della persona sana e rilassata. I **Punti Celesti** sono un vero tonico per la bellezza. Le distensioni delle linee muscolo-tensive con tecniche proprie della Bioenergetica, permette di intervenire sui solchi di espressione, ottenendo risultati pari ai trattamenti botulinici. Sul decoltè e sulle spalle questo massaggio scioglie e scarica le tensioni muscolari, cause di dolori cervicali e delle emicranie. Di conseguenza la circolazione del viso migliora, la pelle risulta più idratata ed i piccoli segni d'espressione del viso si distendono effettuando in tal modo un effetto liftante e ringiovanente. Ottimo su pelli mature e segnate dal tempo.

Eccezionale trattamento anti-stress!

Un sogno da provare per accendere la luce del tuo viso!



Difficoltà: Media



Durata del corso: 16 Ore



Introduzione al Biomassaggio Energetico

Dopo tanti anni di studi e ricerche nell'ambito della Bioenergetica e della Psicologia Umanistica, abbiamo messo a punto un massaggio, il "Biomassaggio Energetico", che aiuta a destrutturare la corazza muscolare derivata dalle frustrazioni e dagli stress, o meglio, a renderla utilizzabile solo in caso di reale necessità, aprendo la via alla valorizzazione massima del proprio potenziale interiore

Questa ritrovata sicurezza in sé stessi e nel proprio valore intrinseco permetterà così alle persone di relazionarsi al meglio con l'ambiente circostante, senza nulla concedere a compromessi frustranti, ma godendo a piene mani e con freschezza di tutto ciò che la vita stessa concede.



Difficoltà: Impegnativo



Durata del corso: 32 Ore

Uno dei più grandi risultati che si ottengono liberando il corpo dalle pastoie della corazza muscolare è una grande apertura verso gli altri, un grande desiderio di relazionarsi e di confrontarsi, colmando quel senso di solitudine e insoddisfazione che, generalmente, caratterizza la vita di molte persone. Il "Biomassaggio Energetico" è la sintesi di un programma energetico e relazionale globale che può soddisfare queste esigenze, aprendo a tanti il nuovo mondo della relazione, fino ad ora a loro precluso o estremamente limitato nella libera espressione. Questa tecnica di lavoro a mediazione corporea si prefigge, essenzialmente, di realizzare i seguenti risultati:

- 1) Superare il malessere esistenziale e fisico
- 2) Vincere l'ansia e la paura
- 3) Diventare protagonista della vita
- 4) Entrare nel processo di creatività

Il pensiero creativo fa accedere l'immaginazione ai veri desideri della mente, indirizzando ogni persona verso una vita veramente realizzata, nella

quale essa sarà protagonista sul lavoro, in società, nella vita familiare, nell'amore, ecc... Questo è il segreto di quelle persone che sono ben volute da tutti, sono stimate ed apprezzate sul lavoro ed hanno avuto la capacità di circondarsi di relazioni affettive ed amoroze appaganti.

Per ottenere questo tipo di risultati, ci avvaliamo di una manualità del tutto unica ed esclusiva, da noi definita "Tocco Shen", che si manifesta con un contatto lento, profondo, forte e dolce. Ciò consente a chi lo riceve di lasciare andare gradualmente le tensioni e di affidarsi ad una mano sicura e amorevole. Molte estetiste si chiedono: "A cosa può servirmi un corso propedeutico di Bioenergetica dove non imparo una nuova sequenza di massaggio?"

Noi rispondiamo:

- 1) Ad acquisire una manualità diversa
- 2) A gestire meglio il dialogo con il cliente
- 3) Ad acquisire un valido strumento contro l'assorbimento delle energie negative
- 4) A perfezionare l'accoglienza e migliorare la presentazione di tutti i trattamenti dell'Istituto di Bellezza



FATIMA
Sabrina Sereni
Tel. 335 74 87 346



Health
Coach

Naturopata
Umanistico

Operatore in
Discipline
Bio-Naturali

Insegnante
di Meditazione
e di Ginnastiche
Dolci



P.Iva: 02263150340
C.F.SRNSRN67M55B034E
www.sabrinasereni.it



Gruppo di prodotti
provenienti da foreste
correttamente gestite e
da origini controllate.
CQ-COC-000074

© 1996 Forest
Stewardship Council A:C:

Questo catalogo è stampato con
inchiostri certificati 100% vegetali