

*Fare e farti del Bene e...  
chissà...  
l'inizio di una nuova professione?*



## **RIFLESSOLOGIA PLANTARE**

**Corso professionale, pratico / esperienziale**



*Dal tocco magico  
di sapienti mani sulla pianta dei piedi,  
BenEssere e riequilibrio  
a tutto l'organismo.  
Le antiche conoscenze  
al servizio dell'uomo moderno.*

*La tecnica riflessologica si basa sulla stimolazione delle zone riflesse e sugli effetti benefici che si possono avere in zone lontane dal sito di applicazione del trattamento. Agendo sulle zone riflesse del piede è possibile intervenire, riequilibrando gli scompensi psico-fisici.*

**Cos'è la  
riflessologia  
plantare**

La **riflessologia plantare** è un particolare tipo di **massaggio** che, attraverso la stimolazione e la compressione di **specifici punti sui piedi**, relazionati energeticamente con organi e apparati, consente di esercitare un'azione preventiva e d'intervento su eventuali squilibri dell'organismo in relativi punti riflessi in altre parti del corpo.

**Origini della  
riflessologia  
plantare**

La Riflessologia plantare o massaggio zonale è una pratica che trova origine alcune migliaia di anni fa in diverse parti del mondo, soprattutto nei paesi orientali; tuttavia, documenti di vario tipo ci indicano che questa tecnica venisse praticata anche dalle civiltà precolombiane e dai pellerossa. Sicuramente è grazie al medico americano Fitzgerald, che la riflessologia ha conosciuto successi su vasta scala ed in particolare negli ultimi ottant'anni vi è stato un incremento della diffusione di questa tecnica con ricerche, studi e ampliamenti.

## Finalità

L'obiettivo è quello di ripristinare l'equilibrio del sistema psico-fisico-energetico fornendo benessere alla persona che si sottopone ad un trattamento.

## Perché è utile imparare questa tecnica

A questa domanda rispondiamo ponendo un'altra domanda: "Perché i neonati si ciucciano sempre l'alluce?"... la Riflessologia plantare fa parte di noi sin dal primo nostro respiro, la utilizziamo quotidianamente, inconsciamente.

Con questo corso oltre a scoprire il bene che ci facciamo scopriremo anche il bene che possiamo portare agli altri attraverso questa tecnica che può essere appresa da chiunque, anche senza precedenti esperienze di massaggio o di altre pratiche di benessere. Per gli operatori professionisti è un nuovo metodo da aggiungere a ciò che si sta già praticando per dare benessere arricchendo i propri sbocchi professionali.

## Domande frequenti

Frequenti e numerose sono le domande che vengono poste durante l'applicazione di questo trattamento e che troveranno risposta insieme all'insegnante in classe, durante il corso: "Vi sono controindicazioni? Posso farla ai bambini? Se una persona ha i piedi gonfi e pieni di capillari la posso trattare??"

## Benefici

I benefici di questo massaggio sono molteplici:

- ripristina l'armonia fisica e psichica dell'organismo
- stimola il sistema immunitario
- riequilibra l'energia vitale armonizzandone il flusso
- interviene portando benefici alle rigidità muscolari e articolari
- allevia le tensioni e riduce la ritenzione dei liquidi
- migliora la circolazione e ossigena il sangue
- notevoli ed evidenti sono i benefici sull'umore e sul benessere generale del corpo e dello spirito

## Argomenti di studio

- Storia della Riflessologia plantare
- Terminologia
- Mappa dei punti riflessogeni
- Il dolore: senso e significato
- I punti delle zone riflesse
  - Studio della localizzazione e stimolazione dei punti ad effetto riequilibrante
  - Possibilità e limiti del trattamento
  - Prima sessione e costruzione dei trattamenti successivi
  - Reazioni negli intervalli e nei trattamenti
  - Esempi pratici di trattamento
  - Trattamento negli stadi acuti



## Anatomia e fisiologia umana

E' consigliabile aver conseguito una precedente formazione nel campo dell'anatomia e fisiologia del corpo umano. Nel caso non si disponga di tale formazione, Centro Olos mette **gratuitamente** a disposizione degli studenti del livello base di riflessologia plantare, le lezioni di anatomia con la dott.ssa Anna Clauti, che si tengono a Pordenone una domenica di marzo e una domenica di aprile (vedi CALENDARIO sul sito [www.centroolos.it](http://www.centroolos.it)).

## A chi è rivolto:

A tutti coloro che desiderano migliorare la propria e altrui qualità della Vita; a coloro che desiderano conoscere una pratica manuale semplice ed efficace per donare BenEssere e salute; ai professionisti che lavorano già nel massaggio e/o nel sostegno del benessere olistico dell'uomo e a coloro che cercano nuovi sbocchi professionali.

## Sbocchi professionali

Questo corso può far parte del Percorso di formazione per Professionista Olistico Specializzato che prevede la partecipazione ad altri corsi ed il rilascio, in seguito a superamento dell'esame, del Diploma che consente di poter iniziare ad operare professionalmente già da subito, ai sensi della legge n. 4/2013, con interessanti risvolti anche dal punto di vista economico: sono infatti sufficienti 30/40 clienti per consentire ad un professionista di lavorare a tempo pieno. Al principiante vi è la possibilità di avviare/iniziare questa attività autonoma senza dover rinunciare ad un posto di lavoro già consolidato. Il Diploma di Professionista Olistico specializzato consente al raggiungimento delle ore previste, l'iscrizione al registro di categoria professionale SICOOL.

## Conduce : Barbara Fontanini

Personal Trainer in Biodisipline, operatore diplomato CSEN. Inizia oltre 30 fa come massaggiatrice sportiva, si specializza poi in riflessologia plantare dopo aver completato il triennio presso la Federazione italiana di riflessologia e il Master presso A.te.na a Milano. La sua formazione in numerose scuole di carattere olistico le permettono di spaziare nella conoscenza di tecniche complementari antiche e trattamenti olistici. Conduce conferenze, corsi e aggiornamenti su varie tecniche e le sue molteplici applicazioni. Collabora con il Centro Olos in qualità di docente. Contatti: [barbara.fontanini70@gmail.com](mailto:barbara.fontanini70@gmail.com)

## Svolgimento, formazione classi e frequenza

I corsi base e avanzato si svolgono in due week-end ciascuno per un totale di 4 weekend. Per garantire la massima qualità nell'apprendimento, la classe è composta da un numero limitato di partecipanti. Il programma prevede una parte teorica completata da esercizi pratici di applicazione della tecnica. Su richiesta e con una modesta quota supplementare, vi è la possibilità di seguire il corso individualmente.

## Orari e svolgimento

SIA SABATO CHE DOMENICA: ore 9,30 ricevimento e registrazioni  
ore 10,00 parte teorica ed esercitazioni pratiche  
ore 13,00 pausa pranzo libero  
ore 14,00 esercitazioni pratiche  
ore 16,30 pausa caffè  
ore 16.45 – 19,00 esercitazioni pratiche

## Requisiti

NESSUNO. La partecipazione al corso base è aperta a tutti, anche senza particolari requisiti. Per la partecipazione al corso avanzato è necessario aver frequentato il corso base e possedere una buona conoscenza dell'anatomia e della fisiologia umana. Centro Olos mette gratuitamente a disposizione lezioni di anatomia agli iscritti al corso base di riflessologia, con la dott. Anna Clauti a Pordenone una domenica di marzo e una domenica di aprile (vedasi date esatte al CALENDARIO del sito [www.centrolos.it](http://www.centrolos.it))

## Durata

64 ore complessive (32 ore per ciascun livello)

## Contributi di partecipazione

Il contributo di partecipazione è a persona e include l'opportunità di conoscere una straordinaria ed efficace tecnica di benessere, l'attestazione di partecipazione valida come credito per le formazioni di Naturopatia, Tecniche Corporee, Tecniche Energetiche, Crescita Umana, Indirizzo Sportivo, Counseling e per aggiornamenti professionali olistici, (rilasciata al termine di entrambi i livelli):

**livello base** quota per i soci Centro Olos € 405 anziché € 580,00  
**livello avanzato** quota per i soci Centro Olos € 486 anziché € 720,00

## Ulteriori riduzioni e Borse di Studio

- **Se ti iscrivi ad entrambi i livelli € 792,00** anziché € 891,00 (valore corso € 1.300,00)
- Se ti iscrivi anche ad altri corsi o seminari, ottieni riduzioni dal 10 al 25% (chiedi info dettagliate)
- Pagamento anticipato riduzione del 5% (possibile anche con finanziamento/credito personale)
- Riduzione del 20% se stai frequentando o hai frequentato il percorso di Tecnico Olistico
- In caso di rifrequenza riduzione del 50%
- Se porti amici o organizzi gruppi di studio (chiedi info dettagliate)
- Per i soci promoter, borse di studio con voucher (chiedi info dettagliate)
- Se ti iscrivi a percorsi formativi completi (Tecnico Olistico, Operatore olistico specializzato etc... chiedi info dettagliate)
- Per chi ha meno di 26 anni
- Per coloro che hanno basso reddito documentato da certificato ISEE
- Rateizzazioni senza interessi e spese ulteriori

## La quota include

- La partecipazione al seminario ed alle esercitazioni
- Materiale didattico
- Quota d'iscrizione e Attestato finale
- Affiancamento operativo per l'inserimento lavorativo
- Rifrequenza con contributo ridotto al 50% e convalida delle ore di rifrequenza come specializzazione
- Centro Olos è Associazione di Promozione Sociale esente I.V.A. in base all' art. 4 del DPR 633/71
- per coloro che giungono da lontano, a Pordenone vi è la possibilità, previa disponibilità, di alloggiare gratuitamente presso la struttura del Centro

## La quota non include

- Tessera associativa annuale, 10 euro a persona, (comprendente assicurazione)
- Viaggio
- Vitto (è possibile consumare pranzo al sacco all'interno del centro)
- Tutto quanto non espressamente indicato nella voce "la quota comprende".

## Come iscriversi

Contattare il numero 334.9161.209, per comunicare le proprie generalità o per effettuare l'iscrizione diretta. **Solo successivamente** vi verrà chiesto di effettuare versamento dell'acconto di euro 100 a persona con causale "Quota sociale per contributo attività" su:

**Bollettino postale** suCC postale n. 92002609 - oppure **bonifico BANCOPOSTA** (codice IBAN BANCO POSTA: IT10 E076 0112 5000 0009 2002 609) intestati a CENTRO OLOS - Via Oberdan, 3 - 33170 PORDENONE

## Cosa portare

- abbigliamento comodo di colore chiaro (tute, calzoncini, magliette etc.)
- Quaderno e penna per appunti
- Pennarelli all'acqua e matite colorate
- contanti per il saldo (non possiamo accettare carte di credito né bancomat)
- ricevuta di pagamento dell'acconto (bollettino postale o bonifico)

## Prossimi corsi

Altri corsi possono essere organizzati su richiesta di un numero minimo di 6 partecipanti in qualsiasi città d'Italia. Per ricevere gli aggiornamenti delle attività di Centro Olos, registrati sul nostro sito o visita il calendario.

## Note

- Le attività di Olos sono riservate ai soci.
- E' a disposizione dei soci il servizio GRATUITO di AFFIANCAMENTO OPERATIVO ed ORIENTAMENTO PROFESSIONALE. Chiedi info
- Eventuali ri-frequenze vengono conteggiate come ore di credito formativo in aggiunta a quelle già frequentate in precedenza.
- Titolo di studio conseguito: al termine viene rilasciato ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE contenente gli argomenti trattati e le ore di frequenza che consente l'esercizio professionale della tecnica appresa.
- Il certificato rilasciato non abilita né autorizza l'insegnamento delle tecniche apprese durante il seminario ed in ogni caso esclude la possibilità di compiere terapia, cura, diagnosi o prescrizioni di alcun tipo
- **Tecnico e Professionista Olistico.** Gli attestati rilasciati da Aps Centro Olos sono di natura privata e certificano, con dati e riferimenti concreti, le abilità professionali conseguite dall'allievo. I titoli di Tecnico o Professionista Olistico, (conseguiti al raggiungimento delle rispettive ore richieste), costituiscono un eccellente biglietto da visita a dimostrazione delle reali capacità acquisite dallo studente. Per le caratteristiche e le informazioni in essi contenute, rappresentano, ad oggi, la migliore garanzia per un sereno svolgimento della libera professione di "PROFESSIONISTA OLISTICO" professione riconosciuta da SICCOOL, registro di Categoria Professionale ai sensi della legge n. 4 del 14/01/13. [www.sicool.it](http://www.sicool.it).
- **Informazioni sulla scuola olistica:** [www.centrolos.it](http://www.centrolos.it)