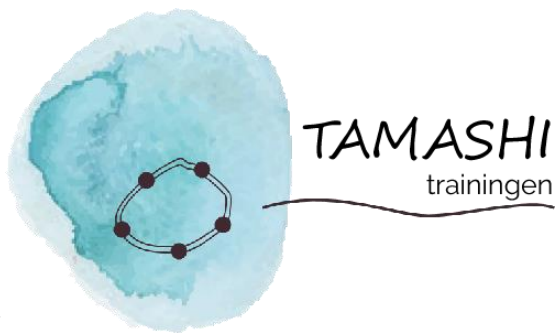




# CERTIFICAAT VAN DEELNAME

---

## STRUCTURELE SHIATSU & OKIDO YOGA

### INHOUD

Tijdens deze nascholing leert men zachte, zeer diepgaande technieken op het skelet om correcties van nek- en rugwervels en gewrichten te bewerkstelligen.

Met een subtiele spiermassage bereid de student het gebied rond de wervel voor, om daarna de wervel te corrigeren. Met inzet van een lichte shiatsu duimdruk met tegendruk om de wervel uit te nodigen naar zijn natuurlijke positie te gaan.

Inhoud:

- Okido warming up voor de gewrichten en wervelkolom
- Rocking van de wervelkolom, fascia en diepe spiermassage van de rug
- Diagnose techniek voor structureel
- Okido oefeningen voor de 5 lumbale wervels
- Wervelcorrectie in het lumbale gebied

### DUUR

1 dag: 15 september 2023

Totaal: 6 uren

### DOCENTE

Frank Vinke

### DEELNAME DOOR

Lenny Louws

---

