

## Programma del corso di Qigong in Medicina Cinese – 3 anni

Il programma che segue descrive i contenuti del corso triennale di Qigong in Medicina Cinese che ScuolaTao organizza nella sede di Bologna. Invitiamo a fare riferimento al calendario annuale pubblicato sul sito [www.scuolatao.com](http://www.scuolatao.com) per le date, le sedi e la sequenza delle lezioni.

Pur mantenendo questo programma come riferimento, ScuolaTao si riserva la facoltà di modificarlo in qualunque momento.

I programmi del secondo e terzo anno si articolano in un biennio in cui si alternano un Modulo A e un Modulo B (a classi unite) per le parti di Qigong. Chi frequenta il secondo anno ha inoltre le lezioni di medicina cinese

Materia	Ore	Note
MTC Teoria I	48	i fondamenti teorici della medicina cinese
Punti e Meridiani I	24	localizzazione dei punti e dei meridiani
Qigong I	68	metodi di base e principali metodiche classiche
Casi in aula	8	lezione non inclusa nel calcolo delle frequenze
TOT ore frontali Anno 1	148	14 fine settimana di lezione
MTC Teoria II	48	la valutazione degli equilibri energetici
Punti e Meridiani II	16	azioni e combinazioni dei punti
Qigong anno A	72	esercizi utili per i quadri di disarmonia energetica
Qigong anno B	104	studio delle tecniche utilizzabili per i principali disturbi.
Casi in aula	8 all'anno	lezione non inclusa nel calcolo delle frequenze
TOT ore frontali Biennio	256	
<b>Totale ore frontali corso</b>	<b>404</b>	

MTC: Medicina Tradizionale Cinese

## Anno 1

Lezione 1	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria I	Yin-yang. Cinque elementi. Macrocosmo e microcosmo. Studio dei polsi: i polsi normali
Lezione 2	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria I	Le Cinque Sostanze (jing, shen, qi, sangue, fluidi) e le loro relazioni. I polsi come espressione di yin e yang: la frequenza (chi, shuo, ji)
Lezione 3	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria I	Nascita e strutturazione energetica dei meridiani. I sei livelli energetici, la circolazione dell'energia Il polso: come espressione di forza (you li, wu li)
Lezione 4	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	La teoria degli zang fu, i visceri curiosi Zang fu: studio di polmone, grosso intestino, Il polso come espressione di profondità (profondo, intermedio, superficiale)
	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	Zang fu: studio di stomaco e milza.
	2^ giorno domenica 8h	Qigong	Modulo A: Dao Yin Fa Qigong I: introduzione e pratica (parte 1) Origine del Qigong Pratica: esercizi preparatori di attivazione del qi, di armonizzazione e di tonificazione dello yin-yang. Automassaggio
Lezione 5	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo B: Baduanjin e marce della salute
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo B: Baduanjin e marce della salute
Lezione 6	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di Polmone, Grosso

			Intestino
	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di stomaco e milza.
Lezione 7	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	Zang fu: studio di Cuore, Intestino Tenue. I polsi come espressione del qi di cuore: il ritmo (polsi cu e dai)
	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di Cuore, Intestino Tenue
Lezione 8	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo C: Yijinjing e marce della salute
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo C: Yijinjing e marce della salute
Lezione 9	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo D: 5 Animali di Hua Tuo e marce della salute
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo D: 5 Animali di Hua Tuo e marce della salute
Lezione 10	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	Zang fu: studio di vescica e rene
	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di Dumai, RenMai, Vescica, Rene
Lezione 11	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	Zang fu: studio di Pericardio, Triplo riscaldatore, I polsi come espressione del sangue e dei liquidi: il calibre (polsi xi e da)
	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Punti e meridiani di Pericardio, Triplo riscaldatore
	2^ giorno	Qigong	Modulo E: Dao Yin Fa Qigong I (parte 2):

	domenica 4h		revisione e approfondimenti
Lezione 12	1^ giorno sabato 4h	MTC Teoria I	Zang fu: studio di vescica biliare e fegato
	1^ giorno sabato 4h	Punti e Meridiani I	Meridiani e punti: localizzazione. Punti e meridiani di vescica biliare e fegato
Lezione 13	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo H: L'asse Cielo/Terra, i 3 tesori e l'utilizzazione cosciente dell'energia.
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo H: L'asse Cielo/Terra, i 3 tesori e l'utilizzazione cosciente dell'energia.
Lezione 14	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo G: Revisione, prove pratiche e preparazione esame.
Lezione 15	1^ giorno sabato 8h		ESAMI materie di medicina cinese e Qigong
	2^ giorno domenica 8h		Seminario pratico con valutazione di persone in aula

## Anno 2 (solo medicina cinese)

Gli studenti al secondo anno di corso frequenteranno inoltre le lezioni di Qigong anno A o anno B, in calendario nello stesso anno.

Lezione 1	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria II	Valutazione energetica: le otto regole, i quattro metodi: sentire e osservare
Lezione 2	2^ giorno domenica 8h	MTC Teoria II	Valutazione energetica: i quattro metodi: chiedere e palpare
Lezione 3	2^ giorno domenica 8h	MTC Teoria II	Valutazione energetica: osservare la lingua, palpare il polso
Lezione 4	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria II	Cause di malattia. Quadri di disequilibri energetici parte I: delle cinque sostanze
Lezione 5	1^ giorno sabato 8h	Punti e Meridiani II	Meridiani e punti: – parte 1 Azione energetica dei punti specifici I punti shu antichi Altre categorie di punti (yuan, luo, beishu, mu, xi, feng, hui) Azione energetica dei punti dei meridiani
	2^ giorno domenica 8h	Punti e Meridiani II	Quadri di disequilibri energetici parte II: di rene, fegato, cuore. I quadri complessi
Lezione 6	2^ giorno domenica 8h	MTC Teoria II	Quadri di disequilibri energetici Parte III: sindromi dei visceri. di milza e polmone
Lezione 7	2^ giorno domenica 8h	Punti e Meridiani II	Meridiani e punti di agopuntura: – parte 2 I tragitti secondari: Pibu, tendino-muscolari, luo, distinti, straordinari
Lezione 8	1^ giorno sabato 8h		ESAMI: materie di medicina cinese e Qigong
	2^ giorno domenica 8h		Seminario pratico con valutazione di persone in aula

## Anno A: sindromi

Lezione 1	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo F: Canali principali e marce della salute
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo F: Canali principali e marce della salute
Lezione 2	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo I: Dao Yin Fa Wuxing Qigong II (parte 1) – Tecniche di base cinque elementi e organi interni
Lezione 3	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo M: Qigong per le sindromi I
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo M: Qigong per le sindromi I
Lezione 4	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo L: Li Zi Jue: i 6 suoni
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo L: Li Zi Jue: i 6 suoni
Lezione 5	1^ giorno sabato 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo P: Dao Yin Fa Wuxing Qigong II (parte 2) – revisione e approfondimenti organi interni.
Lezione 6	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo N: Qigong per le sindromi II
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo N: Qigong per le sindromi II
Lezione 7	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo O: Qigong per le sindromi III. Revisione e preparazione esame
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo O: Qigong per le sindromi III. Revisione e preparazione esame

## Anno B - disequilibri

Lezione 1	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo Q: approfondimento Qi, sangue, liquidi, yin-yang e tendino-muscolari
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo Q: approfondimento Qi, sangue, liquidi, yin-yang e tendino-muscolari
Lezione 2	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo R: Weiqi e sistema immunitario e disturbi respiratori
	2^ giorno domenica 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo V: Qigong e ipertensione
Lezione 3	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo T: Il Qigong nell'obesità e nei disturbi addominali
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo Tbis: Qigong e disturbi digestivi ed endocrino-metabolici
Lezione 4	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo S: Qigong e disturbi della schiena e delle articolazioni – parte 1
	2^ giorno domenica 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo W: Qigong e disturbi ginecologici e urinari
Lezione 5	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo Sbis: L'evoluzione dell'intenzione nella pratica del Qigong
Lezione 6	1^ giorno venerdì o sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo U: Qigong per gli occhi
	2^ giorno sabato o domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo U: Qigong per gli occhi

Lezione 7	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo X: Qigong e disturbi dello shen
	2^ giorno domenica 4h	Qigong	Formazione Qigong modulo X: Qigong e disturbi dello shen
Lezione 8	1^ giorno venerdì 4h	Qigong	<b>Seminario residenziale</b> Revisione, prove pratiche e strategie d'insegnamento, Qigong e alberi, approfondimenti teorico-pratici, preparazione esami
	2^ giorno sabato 8h	Qigong	<b>Seminario residenziale</b> Revisione, prove pratiche e strategie d'insegnamento, Qigong e alberi, approfondimenti teorico-pratici, preparazione esami
	3^ giorno domenica 4h	Qigong	<b>Seminario residenziale</b> Revisione, prove pratiche e strategie d'insegnamento, Qigong e alberi, approfondimenti teorico-pratici, preparazione esami
Lezione 9	1^ giorno sabato 8h	Qigong	ESAMI: Qigong
	2^ giorno domenica 8h		Seminario pratico con valutazione di persone in aula