

## 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	52 (aula e FAD on-demand)	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 Anno 1	152	12 fine settimana di lezione e 2 serate facoltative
MTC Teoria II	52 (aula e FAD on-demand)	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 Biennio	260	
<b>Totale ore corso</b>	<b>412</b>	

MTC: Medicina Tradizionale Cinese

FAD: Formazione A Distanza

## 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	Presentazione degli Zang fu e introduzione al sistema dei meridiani
Lezione FAD	On demand 8h	MTC Teoria I	Le cinque sostanze. I tre tesori.
Lezione FAD	On demand 5h	MTC Teoria I	Zang fu 1: studio di polmone, grosso intestino, stomaco e milza
Lezione FAD	On demand 2h	MTC Teoria I (contenuto extra)	La medicina dell'invisibile
Lezione 3	1^ giorno sabato 8h	Punti e Meridiani I	Zang fu 1: ripasso polmone, grosso intestino, stomaco e milza Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di polmone, grosso intestino, stomaco e milza
	2^ giorno domenica 4h	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 FAD	On demand 4h+5h	MTC Teoria I	Zang fu: fegato, vescica biliare, rene e vescica Zang fu: cuore, intestino tenue, pericardio e triplice riscaldatore
Lezione 4	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 5	1^ giorno sabato 8h	Punti e Meridiani I	Zang fu : ripasso cuore, intestino tenue, rene, vescica Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani di cuore, intestino tenue, rene, vescica
Lezione 6	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 7	1^ giorno sabato 8h	Punti e Meridiani I	Zang fu : ripasso pericardio, triplo riscaldatore, vescica biliare, fegato Meridiani e punti: localizzazione. Reperire i punti di agopuntura Punti e meridiani pericardio, triplo riscaldatore, vescica biliare, fegato. Renmai, Dumai.
Lezione 8	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 9	Serate online 4h	MTC Teoria I	Ripasso di teoria, chiarimenti e tutoring. Due serate online (facoltative)
Lezione 10	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria I	Ripasso generale Zang fu. Studio dei polsi
	2^ giorno domenica 8h	Qigong	Modulo E: Dao Yin Fa Qigong I (parte 2): revisione e approfondimenti
Lezione 11	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	Qigong	Formazione Qigong modulo H: L'asse Cielo/Terra, i 3 tesori e l'utilizzazione cosciente

	4h		dell'energia.
Lezione 12	1^ giorno sabato 8h	Qigong	Formazione Qigong modulo G: Revisione, prove pratiche e preparazione esame.
Lezione 13	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. Ripasso polso
Lezione 2	2^ giorno domenica 8h	MTC Teoria II	Valutazione energetica: i quattro metodi: chiedere e palpare. Ripasso polso.
Lezione FAD	On demand 8h	MTC Teoria II	Etiologia (Cause di malattia)
Lezione 3	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria II	Valutazione energetica: osservare la lingua, palpare il polso
	2^ giorno domenica 4h	MTC Teoria II	Quadri di disequilibri energetici parte 1: disequilibri delle cinque sostanze
Lezione 4	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria II	Quadri di disequilibri energetici parte 2: disequilibri di rene, fegato, cuore. I quadri complessi
Lezione 5	1^ giorno sabato 8h	MTC Teoria II	Quadri di disequilibri energetici parte 3: sindromi dei visceri, di milza e polmone
Lezione 6	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
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 4h	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 8h	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 nei disturbi digestivi e per il sovrappeso
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: Shi Er Duan Jin: la pratica seduta
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	Qigong	Formazione Qigong modulo X: Qigong e disturbi dello shen



	4h		
Lezione 8	1^ giorno venerdì 7h	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 5h	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