

*"Il modo naturale di usare il corpo" - Relatore: Shigero Onoda*

L'abitudine ci porta a ripetere quotidianamente gli stessi movimenti (utilizziamo sempre la mano destra, incrociamo le gambe mettendo sempre la destra sopra, ci muoviamo partendo dal lato destro o dormiamo sempre sul lato destro). Anche la pratica di alcuni sport come tennis, golf, baseball, può generare o peggiorare questo squilibrio.

E' quindi normale che si provochi un dis-allineamento muscolo scheletrico nel corpo, che produce pesantezza, stanchezza e contratture in determinate zone.

Con il trattamento Shiatsu ed alcuni stiramenti possiamo rendere più facile la nostra vita quotidiana.