

A.K.S.I.
L'Associazione Italiana di Kinesiologia Specializzata
Organizza il Corso di:



“Kinesiologia e Nutrizione”

Un corso per aiutare te stesso e i tuoi clienti a ottenere il massimo dall'alimentazione e a trasformare gli alimenti in alleati preziosi

Docente: Carla Mariotto - Kinesiologa, Biologa Nutrizionista

Obiettivi del corso:

- Avere una panoramica sui **cibi** che in generale possono creare disagi alla persona, a causa di digestione, incompatibilità, scarsa qualità del cibo, etc. e cibi che in generale possono portare equilibrio alla persona
- Avere degli spunti su alcuni specifici **stili alimentari** (alimentazione alcalina, alimentazione a basso contenuto di carboidrati, etc.) utili alla persona
- Conoscere come ottimizzare l'energia della persona attraverso la scelta dei cibi più adatti
- Approfondire la relazione che il cibo ha con:
 - ✓ le emozioni
 - ✓ la paura
 - ✓ i sensi di colpa,
 - ✓ credenze
 - ✓ e tutto ciò che limita la trasformazione del cibo, in vero e proprio nutrimento
- Pratica con la **procedura:**

- ✓ Prima procedura: test degli alimenti che danno energia alla persona, verifica di altre informazioni relative a orari dei pasti, combinazioni di cibi, etc.
- ✓ Seconda procedura - Il Triangolo del Cibo: destressamento dell'alimentazione dai condizionamenti limitanti (incapacità di metabolizzare/digerire il cibo, emozioni, paure, credenze, sensi di colpa, etc.)
- ✓ Allenare il corpo per ottenere il meglio (energia, nutrienti, appagamento, etc.) dal cibo.

Le 12 ore del corso sono accreditabili come ore di aggiornamento per le scienze kinesiologiche

Prerequisiti:	Conoscenza del test muscolare
Suggerimenti:	Per la pratica, meglio avere a disposizione una persona
Date e orari:	25 settembre 2021: 9.00-13.00 e 14.00-18.00 26 settembre 2021: 9.00-13.00
Modalità:	Online su piattaforma Zoom
Prezzo:	Euro 150,00 + 15.00€ per chi non è socio AKSI

Per informazioni contattare la segreteria AKSI:
Lunedì, martedì e giovedì 14.30 - 18.30 e venerdì: 9.00 - 13.00;
Tel/fax : 0365 540810 - 3317478591 e_mail:info@aksi.it - Sitoweb:
www.aksi.it