

KATA

Letteralmente la parola giapponese "kata" significa "forma" I kata insegnati sono "forme codificate di trattamento" e permettono di consolidare le basi tecniche attraverso alla pratica continua in modo di creare l'automatismo e con ciò la condizione di riuscire arrivare a tenere la mente vuota. Per la miglior comunicazione con la persona trattata.

L'insegnamento della Scuola Shiatsu Rembukai si basa sulla pratica di cinque Kata.

- I° Hoko no kata.....Stile Namikoshi
- II° Tai ju no kata.....Stile Namikoshi
- III° Ryo atsu no kata.....Stile Namikoshi
- IV° Hiji no kata stile lokai.....Masunaga
- V° Majinai Stile iokai.....Masunaga

Hoko no kata Il kata del camminare educa il praticante a portare le pressioni abbandonando il peso, senza tensione muscolare, e allena alla forma più semplice di pressione perpendicolare, quella portata con i palmi in direzione del suolo.

Tai ju no kata Il kata del peso portato è finalizzato a costruire la padronanza in forme di perpendicolarità più complesse e introduce all'uso del pollice in posizioni più evolute.

Ryo atsu no kata Il kata della doppia pressione è finalizzato al conseguimento di una gestione evoluta del peso , centralizzandolo sul tandem , il baricentro energetico. Si creano così le condizioni ottimali per portare contemporaneamente pressioni con le due mani su due punti o zone : è questa una tecnica evoluta, caratteristica del nostro stile. Il prodotto è un trattamento completo, efficace e profondo

Hiji no kata Il kata del gomito. Questa forma addestra all'uso del gomito e produce un generale abbassamento del baricentro del praticante. La stabilità dell'assetto fisico ed energetico che ne consegue è indispensabile nella pratica professionale evoluta e consente di operare con la massima efficacia e sicurezza in qualsiasi condizione.

Il kata Majinai E' una forma di trattamento basato sulla complementarità dell'utilizzo dei vari strumenti adoperati per portare le pressioni: palmi, pollici, piedi, gomiti, ginocchia,nocche,stiramenti articolari. E' un trattamento efficace per ogni tipologia di persona caratterizzato da delle pressioni in movimento che creano delle leve efficaci a stimolare la Persona trattata per attivare il processo di autoguarigione.