

# PROGRAMA DO TOQUE PARA SAÚDE 1

*Aprovado pelo Colégio Internacional de Kinesiologia*

## Programa do Toque para a Saúde 1 (ensinado em mais de 15 horas)

O principal conceito é ensinar :

### 1) A EQUILIBRAÇÃO DOS 14 MÚSCULOS

Demonstração de equilíbrio dos 14 músculos "equilíbrio sobre a marcha"

#### **Pré – testes:**

Exercício da correção da sobrecarga (switching)

Verificação do Vaso Concepção

Verificação da hidratação

Permissão para o teste e modelo de auto-responsabilidade

Teste de um músculo indicador exato (MI)

Músculos inibidos

Introdução aos testes musculares dos 14 e métodos de correção:

Neurolinfáticos

Neurovasculares

Meridianos

Origem / Inserção

Reflexões Vertebrais

Desafio

Equilibração dos 14 músculos com uma meta

### 2) AS APLICAÇÕES DO TPS 1

Exercício Auricular

Inibição Visual

Marcha Cruzada Recreativa

Liberção do Estresse Emocional

Teste com um Intermediário

Alimentos para Tonificar

Análise da Postura

Técnicas Simples para Dor

<b>14 MÚSCULOS E SEUS MERIDIANOS</b>	
<b>MERIDIANO</b>	<b>MÚSCULO</b>
Vaso concepção	Supra espinhoso
Vaso governador	Redondo maior
Estômago	Peitoral maior clavicular
Baço pâncreas	Grande dorsal
Coração	Subescapular
Intestino delgado	Quadríceps
Bexiga	Fibular
Rins	Psoas
Mestre Coração	Glúteo médio
	Redondo menor
Triplo aquecedor	Deltóide anterior
Vesícula biliar	Peitoral maior esternal
Fígado	Serrátil anterior
Pulmão	Tensor da fáscia lata
Intestino grosso	

## **PROGRAMA DO TOQUE PARA SAÚDE 2**

Aprovado pela *Touch for Health School of the International Kinesiology College*

### **TOQUE PARA SAÚDE 2 (Mínimo 16 horas)**

O principal conceito a ser ensinado é:

#### **A LEI DOS CINCO ELEMENTOS**

Localização do Circuito

Pré-testes

Métodos de Correção para TPS 2:

Mecanismo de Fuso Neuromuscular

Sistema do Tendão de Golgi

Pontos de Acupressão

Conceito de Yin e Yang

Pontos de Alarme para Excesso de Energia

Equilibração utilizando a Roda dos Meridianos

Dique

Triângulos e Quadrados

Meio dia/Meia noite

A Teoria da "Lei dos Cinco Elementos"

Equilibração de um ponto - Equilibre o primeiro Yin com deficiência de energia depois com excesso de energia.

#### **AS APLICAÇÕES DO TPS 2**

LTE para o Futuro

Massagem dos Meridianos

Percurso do Meridiano para uma dor recente

Verificar a Sensibilidade do Alimentos

Técnicas para uma Dor Simples

Exercício de Integração da Marcha Cruzada (Cross Crawl)

#### **14 MÚSCULOS E SEUS MERIDIANOS**

Vaso Conceção

Vaso Governador

Estômago

Baço – Pâncreas

Coração

Intestino Delgado

Bexiga

Rim

Mestre do Coração

Triplo Aquecedor

Vesícula Biliar

Fígado

Pulmão

Intestino Grosso

Supra Espinhoso

Redondo Maior

Flexores Anteriores do Pescoço

Trapézio Médio – Trapézio Inferior

Subescapular

Reto Abdominal

Paravertebral

Ilíaco

Adutores e Piramidal

Sartório

Poplíteo

Rombóide

Deltóide

Quadrado Lombar

# **PROGRAMA TOQUE PARA SAÚDE III**

Aprovado pela International Kinesiology College

## **TOQUE PARA SAÚDE 3 (Mínimo 15 horas)**

O principal conceito de aprendizagem é:

### **TEORIA DO MÚSCULO REATIVO**

Revisão dos Cinco Elementos

Equilibração pelos Cinco Elementos com as cores

Equilibração pelos Cinco Elementos com uma meta e uma emoção

Método de Manutenção do Circuito

Facilitação e inibição

Apresentação de novos Músculos

Teoria e Prática do Músculo Reativo

### **AS APLICAÇÕES DO TPS 3**

Técnicas de Sedação

Teste da maneira de caminhar

LTE para neutralizar o estresse e trauma passado.

Equilíbrio do passado para um TRAUMA

Pulsos

Bater levemente para dor crônica

EQUILIBRAÇÃO através do USO dos ALIMENTOS

### **14 MÚSCULOS E SEUS MERIDIANOS**

Vaso Conceção

Supra espinhoso

Vaso Governador

Redondo Maior

Estômago

Elevador da escápula

Extensores Posteriores do Pescoço

Baço

Oponente do Polegar

Tríceps

Coração

Subescapular

Intestino Delgado

Abdominais Transversais e Oblíquos

Bexiga

Tibial Anterior e Posterior

Rim

Trapézio Superior

Mestre Coração

Glúteo Máximo

Triplo Aquecedor

Grácil

Sóleo

Gastrocnêmio

Vesícula Biliar

Poplíteo

Fígado

Rombóide

Pulmão

Coracobraquial, Diafragma

Intestino Grosso

Isquiotibiais

# PROGRAMA DO TOQUE PARA SAÚDE 4

Aprovado pelo International Kinesiology College (IKC)

## TOQUE PARA SAÚDE 4 (mínimo 15 horas)

Emoção dos Cinco Elementos

Equilíbrio dos Cinco Elementos com som

Teoria dos pontos de acupressão

Pontos Lou

Equilíbrio segundo a hora do dia

Energia (lemniscal) da figura do oito

Liberção neurolinfática

Liberção do estresse postural

Revisão dos músculos reativos

Análise de postura

42 músculos da cabeça aos pés, incluem teste do pé

Informações de outros cursos de Kinesiologia

TRABALHOS Avançados do TPS

Entretenimento para o Instrutor do TPS

Praticantes de Kinesiologia Profissional

Metáforas do TPS

MINI TRABALHOS

Opções para uma equilibração

Com uma meta

Com uma meta e emoção

Equilíbrio dos 14 músculos passo a passo

Equilíbrio dos 14 + músculos

Equilíbrio dos 42 músculos passo a passo

Opções da roda:

Dique

Triângulos e quadrados

Meio dia / Meia noite

Lei dos Cinco Elementos

Equilíbrio com cor

Equilíbrio com som

Equilíbrio nutricional

## MÚSCULOS DO TPS

### *Deitado de costas ou em pé*

Redondo menor

Subscapular

Deltóide médio

Serrátil anterior

Coracobraquial

Diafragma

Peitoral maior clavicular

Peitoral maior esternal

Rombóide

Elevador da escápula

Grande dorsal

Braquiorradial

Adutores

Grácil

Piramidal / Piriformes

Sartório

Poplíteo

Quadríceps

Fibular

Tibial anterior

Tibial posterior

Quadrado Lombar

### *De bruços ou em pé de costas*

Tríceps

Oponente do polegar

Deltóide anterior

Supraespinhoso

Trapézio médio

Trapézio inferior

Trapézio superior

Flexores de pescoço

Abdominais – reto, transverso ou oblíquo

Fáscia lata

Psoas

Quadrado lombar

Extensores do pescoço

Redondo maior

Sacro espinhal/paravertebral

Glúteo maior

Isquiotibial

Sóleo

Gêmeos

Íliaco

Glúteo médio