

Stanchezza, problematiche motorie, stati di stress?

Pubblicato: Lunedì 28 Ottobre 2019



Stanchezza, problematiche motorie e stati di stress sono tutte problematiche che possono essere trattate e magari risolte attraverso la **naturopatia orientale**, un insieme di tecniche volte al **miglioramento dello stato di benessere e della vitalità della persona**, che lavorano soprattutto a stimolare un corretto stile di vita.

E proprio di naturopatia orientale si occupa **Accademia AINAO di Gavirate**, fondata dal **dott. Giuseppe Pavani** con la **dott.ssa Stefania Gamberoni** per promuovere un “cambiamento di rotta” nella visione contemporanea di queste discipline, con l’obiettivo primario di aiutare le persone a raggiungere uno stato di benessere e di equilibrio energetico.

Giuseppe Pavani, naturopata varesino ha dedicato la sua vita alla formazione nella pratica delle arti marziali e delle discipline orientali, mentre dalla cultura occidentale, ha posto grande attenzione verso le pratiche dei guaritori di campagna riuscendo quindi a unire il sapere e le arti orientali, con il sapere e le tradizioni occidentali.

Ankyo, Sei Fuku, Anma sono solo alcuni dei nomi delle tecniche di “aggiustamento” che servono a ripristinare il libero movimento attraverso stiramenti dolci delle “fasce” muscolari ed energetiche. Quello proposto da AINAO è un modo diverso ed efficace per star bene che mira all’insegnamento della cultura della salute attraverso l’osservazione della persona, ognuna diversa dall’altra e in continua evoluzione.

Negli anni l'esperienza del dott. Pavani si è unita a quella della dott.ssa Stefania Gamberoni per dare vita alla **scuola di naturopatia tradizionale orientale**, un percorso professionale che forma operatori di naturopatia, dove la formazione avviene studiando e ricercando le risposte nelle arti tradizionali orientali ma senza dimenticare anche quelle della nostra cultura occidentale.

Da alcuni anni ha iniziato la sua collaborazione in AINAO il **dott. Wu Nanfei**, che si occupa di **medicina tradizionale cinese**, un ramo importante nel mondo olistico, una medicina alternativa (qui in occidente) ma ufficiale in oriente, che conta oltre cinquemila anni di storia.

La scuola è sede inoltre della **scuola biennale in tecniche manuali olistiche orientali**, che permette di ottenere l'attestato nazionale AICS del Dipartimento di Scienze e Tecniche Olistiche di operatore in tecniche di massaggio.

Parallelamente alla scuola è attiva su tutto il territorio **l'Associazione Italiana Naturopatia e Arti Orientali asd** che promuove costantemente la divulgazione e la conoscenza di tutte quelle discipline sia salutistiche sia marziali volte alla prevenzione e al miglioramento dell'equilibrio psico-fisico dell'individuo.

Per maggiori informazioni e per scoprire tutte le attività di AINAO è possibile visitare il [sito internet](#), chiamare i numeri 3381276046, scrivere a info@accademiainao.it oppure recarsi presso la sede dell'associazione, in via IV Novembre 25 a Gavirate.

Sito internet Accademia AINAO | Sito internet Associazione Italiana Naturopatia e Arti Orientali
|| Facebook | Instagram

di Ufficio pubblicità