

SABRINA BETTINI

Insegnante di Qi Gong in medicina cinese

ESPERIENZA DI FORMAZIONE

A partire dal Maggio 2014 ho frequentato, sia a Sondrio che a Vicenza, i seminari di Qi gong terapeutico della Dott.ssa Franca Bedin (www.percorsidibamboo.it), allieva della Dott.ssa Dominique Ferraro, a sua volta discepola della Dott.ssa Ma Xu Zhou.

24-25 Maggio 2014: Qigong delle Oche Selvatiche / Le Mille Mani del Buddha / XiXi Hu - Le Marce della Salute.

10-11 Gennaio 2015: Liu Zi Jue / I Sei Ideogrammi e i Sei Suoni / Le Mille Mani del Buddha / XiXi Hu - Le Marce della Salute.

6-7 Giugno 2015: Huigong del Cuore / XiXi Hu - Le Marce di Guolin / Le Mille Mani del Buddha

9-10 Gennaio 2016: Huigong del Rene / Qi gong e Stati Meditativi (prima parte) / Le Mille Mani del Buddha / Le Marce della Salute di Guolin.

14-15 Maggio 2016: Raccogliere gli Hun ed Educare i Po / Qi Gong e Stati Meditativi (Le Onde Cerebrali) / Il Grande Mantra della Compassione.

14-15 Ottobre 2017: Il Qigong del Diamante / Purificare Le Porte del Cuore (prima parte) Meditazione Chan (prima parte) / XiXi Hu - Le Marce di Guolin.

2-3 Dicembre 2017: La Tigre Bianca

9-10 Dicembre 2017: DaiMai Qi Gong / Purificare le Porte del Cuore (seconda parte)

Meditazione Chang (seconda parte) / XiXi Hu.

17-18 Marzo 2018: Wu Qin Xin - Il Qigong dei 5 Animali / Purificare le Porte del Cuore /

Meditazione Chan.

6-7 ottobre 2018 Huigong del Cuore / Le Mille Mani del Buddha.

8-9 Dicembre 2018 Huigong del Rene / Le mille Mani del Buddha.

28-29 Settembre 2019: Qigong delle Oche Selvatiche / Meditazione Chan.

Negli anni accademici 2021/22, 2022/23, 2023/24 ho frequentato e completato il corso triennale di Insegnante di Qigong in Medicina Cinese della durata complessiva di 404 ore presso ScuolaTao - Bologna con il responsabile del corso Marco Mazzarri insegnante della Scuola San Yi Quan diretta dal M° Georges Charles.

ESPERIENZA CONDUZIONE GRUPPI

Insegnante di Qi Gong in medicina cinese

Dal 2016 al 2018 ho insegnato Qi Gong a piccoli gruppi al Centro Benessere La Goccia in Via Lavizzari a Sondrio.

Dal 2019 al 2021 ho condotto gruppi alla palestra Spazio 31 in Via De Simoni 31 a Sondrio con un'interruzione tra la Primavera e l'Autunno 2020, durante la quale ho insegnato online.

Dal 2022 al 2025 insegno il Lunedì mattina e il Giovedì sera alla palestra Laurora in Via Tonale a Sondrio.