

Indice

Come usare questo libro	VIII	6. Anca	107
1. Introduzione		Ossa	110
alla tecnica di fascial release	1	Legamenti	112
Il modello umano	2	Muscoli	115
Introduzione alla rete fasciale	3	Body reading della pelvi	124
Tensegrità	10	Tecniche di trattamento per la pelvi	131
		Body reading approfondito	145
2. Fascial release		7. Addome, torace	
e sviluppo del contatto	15	e respirazione	151
DASIE: sviluppo, valutazione, strategia,		Addome e coste: supporto per la cavità ventrale	152
intervento, conclusione	16	La cesta delle coste	159
Tecnica di fascial release	20	Muscoli accessori della respirazione	161
Meccanica corporea	23	Diaframma	162
Una questione di direzione	28	Body reading di addome, torace e respirazione	165
Programmare una sessione	30	Tecniche di trattamento per addome e torace	167
		Body reading approfondito	175
3. Body reading	33	8. Colonna vertebrale	179
I cinque passi del body reading	36	Colonna vertebrale	180
Il processo di body reading	41	Schema muscolare	184
Introduzione ai modelli e ai casi studio	43	Collo	187
		Body reading della colonna vertebrale	193
4. Piede e gamba	47	Tecniche di trattamento	
Ossa della gamba:		per la colonna vertebrale	195
facile come contare 1, 2, 3... 4, 5	48	Body reading di testa e collo	206
Articolazioni: cardini e spirali	49	Tecniche di trattamento per il collo	207
Gli archi come curve secondarie	50	Body reading approfondito	216
Ossa degli archi plantari	51	9. Spalla e braccio	225
La due arcate del piede	53	Spalla	226
Tessuti plantari	54	Linee del braccio	234
Muscoli del polpaccio	56	Body reading delle spalle	240
Body reading di piede e gamba	60	Tecniche di trattamento per spalla e braccio	243
Tecniche di trattamento per piede e gamba	63	Tecniche di trattamento	
Body reading:		per la cuffia dei rotatori	251
facendo un ulteriore passo in avanti	71	Integrazione	264
Body reading approfondito	79	Body reading approfondito	264
		Appendici	
5. Ginocchio e coscia	85	1 - Linee dei meridiani miofasciali	271
Articolazione del ginocchio	86	2 - Controindicazioni	279
Muscoli monoarticolari		Bibliografia	284
e biarticolari della coscia	89	Indice analitico	288
Body reading di ginocchio e coscia	94	Indice dei muscoli	291
Tecniche di trattamento			
per ginocchio e coscia	95		
Body reading approfondito	104		