

PROGRAMMA CORSO DI MASSAGGIO

Day 1:

Mattina-Presentazione e Teoria:

- Introduzione
- Cenni di istologia
- L'apparato scheletrico
- Il sistema muscolare
- Posizione anatomica e principali movimenti del corpo
- Visione muscolare nel dettaglio
- Deontologia e Postura
- Il massaggio: storia, teoria delle manualità, scopi, direzione, controindicazioni

Pomeriggio- Inizio Pratica:

- Presa di contatto
- Palpazione
- Pratica delle diverse manualità
- Inizio della pratica della sequenza di lavoro

Day 2:

Mattina e Pomeriggio- Pratica:

- Posizione Prona: arti inferiori, Glutei e schiena
- Posizione supina: arti inferiori, addome, braccia
- Confronto su difficoltà e dubbi e revisione
- Ripetizione pratica

Day 3:

Mattina-Pratica:

- Revisione e pratica delle tecniche sperimentate il giorno prima
- Tecniche per Collo e viso

Pomeriggio:

- Pratica di tutta la sequenza
- Confronto su difficoltà e dubbi e revisione
- Simulazione completa di un massaggio