

CURSO DE

MASAJE BÁSICO



El concepto de masaje incluye diversa interpretaciones: desde una experiencia sensorial hasta la más elaborada y minuciosa técnica de fisioterapia. Igualmente, pueden ser diversas las formas de ofrecerlo: desde un simple, amistoso e intuitivo colocar las manos, hasta una estudiada y compleja manipulación ofrecida por un profesional experto.

De cualquier forma y con cualquier intención, los beneficios del masaje están sobradamente demostrados.

Con este curso pretendemos hacer asequibles unas técnicas sencillas que posibiliten ofrecer un masaje relajante completo a las personas del entorno familiar y amistades. Diferentes manipulaciones para descargar las tensiones, ayudar a la circulación sanguínea, etc. Curso eminentemente práctico, no se requieren conocimientos previos. Se incluye el material necesario y un cuaderno de apuntes con fotos y explicaciones detalladas.

El PROGRAMA del curso contiene:

El aprendizaje de **un masaje general y completo** (espalda, piernas por delante y por detrás, los pies, el abdomen, el tórax, los brazos, las manos, el cuello, la cabeza), **realizado en la camilla y con el empleo de aceites o cremas.**

Unas **técnicas de masaje para poder realizarlas en el suelo y con el receptor vestido.** Muy útil para poder ofrecerlo en cualquier momento y en cualquier lugar.

El masaje con el receptor **sentado en una silla.**

Técnicas sencillas de **automasaje** (DO-IN)

La METODOLOGÍA es tan sencilla como eficaz:

La persona que dirige el curso va demostrando cómo masajear las diferentes partes del cuerpo y, posteriormente, los asistentes la practican entre ellos mientras va corrigiendo y rectificando. Simultáneamente se van indicando las intensidades convenientes en cada caso, los efectos ocasionados y las posibles contraindicaciones.

Se entregan apuntes aclaratorios, describiendo y detallando ordenadamente lo ofrecido en el curso.

DURACIÓN

El curso se realiza en 4 semanas. Duración total 20 horas

HORARIOS

- **MAÑANA** - Martes y Jueves 10 - 12'30
 - **TARDE** - Martes y Jueves 18'30 - 21 horas
- grupo mínimo 8 personas y máximo 12

PRECIO 190€
90€ inscripción
100€ inicio curso



Monasterio de Urdax, 17 • Pamplona-Iruña

Telf. 948 268614 • 648 188 407

surya@centrosurya.com • www.centrosurya.com