



Associazione Missione Lavoro
Ente di Promozione Sociale No Profit

Viale Italia, 10
07100 Sassari
www.missionelavoro.org



Centro Studi Formazione Professionale
Missione Lavoro
Ente Accreditato dalla Regione
Autonoma della Sardegna

MASSAGGI ESTETICI – 15 ore

Il MASSAGGIO CLASSICO è un massaggio rilassante completo che si esegue su tutto il corpo. Può essere appreso sia dai principianti, sia da chi è già operatore e vuole imparare una nuova tecnica.

Il MASSAGGIO RILASSANTE e DRENANTE migliora l'elasticità della pelle, la circolazione sanguigna e favorisce l'eliminazione delle tossine e dei liquidi accumulati nei tessuti.

PROGRAMMA DEL CORSO: MASSAGGI ESTETICI

- ▶ Storia del massaggio: andare all'origine per capire le tecniche di oggi;
- ▶ Anatomia e fisiologia del massaggio: come risponde il corpo del ricevente alle manovre di massaggio a livello muscolare, neurovegetativo, cardiocircolatorio, linfatico e ormonale. La circolazione sanguigna e linfatica.
- ▶ Apparato locomotore: ossa, muscoli, tendini e articolazioni in relazione alle manovre di massaggio.
- ▶ Indicazioni e controindicazioni al massaggio: quando si può agire con successo e quando, soprattutto in presenza di patologie, è il caso di non massaggiare.
- ▶ Luogo di lavoro e deontologia del massaggiatore: come impostare uno studio: ambiente, abbigliamento e attrezzatura. Come presentarsi ai clienti e come rispettare la loro privacy.
- ▶ Il corretto utilizzo dell'olio, creme ed essenze
Postura del massaggiatore: minimo sforzo e massima efficacia e quindi preservarsi dal mal di schiena.
- ▶ Le principali manovre del massaggio per ogni zona corporea: sfioramento, frizione, impastamento. Dimostrazione e ripetizione degli allievi sotto supervisione dell'insegnante fino all'apprendimento definitivo.