

Kurs masażu I stopnia

1. Podstawy anatomii, biomechaniki i fizjologii człowieka:

- 1.1.1. Czym jest Anatomia?
- 1.1.2. Podział na okresy rozwojowe
- 1.1.3. Skład chemiczny człowieka
- 1.1.4. Budowa narządu ruchu
- 1.1.5. Fizjologia narządu ruchu
- 1.1.6. Organizm jako całość
- 1.1.7. Płaszczyzny ciała
- 1.1.8. Metabolizm
- 1.1.9. Budowa układu kostnego
- 1.1.10. Połączenia stawowe

2. Wprowadzenie do wiedzy o masażu

- 2.1. Historia masażu
- 2.2. Definicja masażu
- 2.3. Przykładowe rodzaje masaży
- 2.4. Sprzęt i akcesoria masażysty
- 2.5. Formy masażu wywodzące się z masażu klasycznego
- 2.6. Kinezyterapia i fizykoterapia

3. Masaż klasyczny – techniki

- 3.1. Metodyka masażu
- 3.2. Masaż kończyny górnej
- 3.3. Masaż kończyny dolnej
- 3.4. Masaż grzbietu i pośladków
- 3.5. Masaż powłok brzusznych



- 3.6. Masaż pleców
- 3.7. Masaż karku
- 3.8. Masaż klatki piersiowej

4. Praca z klientem

- 4.1. Przeciwwskazania i wskazania do masażu
- 4.2. Konsultacja ciała i prowadzenie karty klienta
- 4.3. Ułożenie ciała pacjenta
- 4.4. Bezpieczeństwo i higiena w gabinecie masażyisty
- 4.5. Najczęstsze błędy podczas pracy