

Kurs masażu (35 godzin)

I etap – teoretyczny (5 godz):

- Wiadomości ogólne o masażu:
 - definicja, rodzaje i podział masażu,
 - tok zabiegu masażu,
 - wskazania i przeciwwskazania do masażu,
 - gabinet do masażu,
 - warunki spełniane przez masażystę,
 - metodyka wykonywania masażu,
 - wpływ masażu na tkanki ustroju i cały organizm człowieka,
 - techniki masażu i ich wpływ na ustrój.

II etap – praktyczny (30 godz):

- Metodyka; ćwiczenia; przykłady masaży:
 - częściowy (klasyczny),
 - całościowy (klasyczny),
 - sportowy,
 - izometryczny,
 - limfatyczny,
 - kosmetyczny,
 - leczniczy.