



Master di massaggio sportivo ed estetico

Milano, 8/9 febbraio - 14/15 marzo
4/5 aprile 2020

Il master è suddiviso in sei giornate in cui verranno sviluppati diversi argomenti: dai principi fondamentali del massaggio agli interventi più specifici e particolari. L'aspetto essenzialmente pratico caratterizza le singole lezioni in cui ogni partecipante verrà messo in condizione di applicare ogni singola manualità appresa durante l'esposizione teorica. Il numero massimo di partecipanti è di 12 persone.

Struttura del corso: 6 giornate per tre fine settimana con lezioni teoriche e pratiche.

Orari: dalle ore 10.00 alle 13.00 e dalle ore 14.00 alle 17.00.

Docenti:

D. Etro - cardiologo e medico dello sport.

P. Acquaviva - laureato in scienze motorie e massoterapista.

B. Corelli - insegnante professionista, operatrice ayurveda, formatrice.

Programma:

- Massaggio e prestazione sportiva.
- Differenze tra i vari tipi di massaggio (igienico, estetico, sportivo, terapeutico).
- Azione diretta o meccanica del massaggio.
- Azione indiretta o riflessa del massaggio.
- Controindicazioni del massaggio.
- Le manualità nel massaggio sportivo.
- Olii, unguenti e creme utilizzate nel massaggio.
- Sfiornamento superficiale.
- Sfiornamento profondo.
- Frizione.
- Percussione.
- Impastamento.
- Varianti alle manualità fondamentali.
- Arto superiore, inferiore, tronco.
- Il trattamento della cellulite.

Quote di partecipazione: entro il 24 gennaio € **610,00** (con pagamento in un'unica soluzione oppure dilazionato: 50% entro il termine e saldo entro l'inizio del corso). Per le iscrizioni effettuate dopo il termine indicato la quota è di € 659,00 solo con pagamento in un'unica soluzione. Considerando la limitazione dei posti disponibili verrà data la priorità in funzione dell'ordine d'arrivo delle iscrizioni.

La quota comprende: accesso alle lezioni teoriche e pratiche, materiale didattico, materiale di consumo, kit congressuale ed attestato di partecipazione.

Sconti: agli studenti di Scienze Motorie ed ai soci [Fit One Club](#) è riconosciuta una riduzione del 10%.