

CURSO BASE – PROGRAMA

El curso incluye:

- Teoría sobre la aplicación de la técnica.
- Práctica del masaje PosturalYoga.
- Práctica y teoría de la ciencia del yoga.
- Anatomía y anatomía aplicada.
- Mentoring para convertirse en un profesional activo en el mercado.

Programa didáctico

Parte teórica

1. Anatomía, Sistema esquelético; Sistema muscular.
2. Principios generales del masaje PosturalYoga
3. Principios generales del yoga.
4. Guía para el diseño y establecimiento de la actividad profesional.

Total de la parte teórica 30 horas

Parte práctica

Secuencias del masaje PosturalYoga: trabajarás dando y recibiendo masajes

1. Musculatura de la espalda, cuello y brazos.
2. Técnica del masaje con los pies en la espalda.
3. Musculatura de las piernas en posterior y ejercicios básicos.
4. Técnica de masaje con los pies en las piernas.
5. Musculatura de las piernas anteriores y ejercicios básicos.
6. Musculatura del abdomen y el tórax.
7. Musculatura del cuello y la cabeza.
8. Sesión completa.

Total de la parte práctica 40 horas

Prácticas

Práctica de la técnica en sesiones semanales de una hora y media. Las horas de pasantía serán documentadas y supervisadas por el instructor principal.

Total: 30 horas