

MASSAGEM SUECA

Plano do Curso

MASSAGEM SUECA

Com Certificado de Formação Profissional

DIRIGIDO

Técnicos de Spa, Termalismo. Profissionais das áreas da massagem, Terapias manuais, Fisioterapia, Medicinas alternativas

DETALHES

A massagem Sueca é das mais requisitadas em Spas de luxo. Trata-se de um estilo de massagem desenvolvido na Suécia por Pehr Henrik Ling, no século XIX. Ling era ginasta e esgrimista. Pesquisou estilos de massagens antigas, como a dos romanos e dos chineses e estudou a relação tipo de manobra versus velocidade e intensidade da mesma e qual o efeito no organismo humano.

A massagem no Ocidente, muito popular na Grécia e na Roma antiga, foi praticamente banida na idade média, devido a dogmas religiosos, que viam toda forma de atividade corporal, como algo pecaminoso. Esse fato não ocorreu no Oriente, por isso na época de Per Henrik Lin, os chineses ainda preservavam suas técnicas avançadas de terapias corporais, como o Anmá e o Tuiná.

O principal benefício fisiológico da massagem sueca é a expulsão do ácido láctico das fibras musculares. Muito útil para atletas e pessoas com dores musculares decorrentes de tensão. Seu estilo ficou conhecido em toda a Europa e estudantes de vários países aprenderam sua técnica e a disseminaram no Ocidente.

MÉTODO

As manobras baseiam-se em movimentos de deslizamento, amassamento, rolamento, tapotamento, fricção e alongamento. Todas as manobras seguem um sentido específico (geralmente em direção ao coração, facilitando o retorno do sistema venoso. E sua pressão pode variar de Leve a moderada, e em alguns casos profunda ou muito profunda, de acordo com o objetivo a ser alcançado.

DURAÇÃO - PREÇO

Numero de hs: 40h00

Preço: 300 Euros (inscrição no valor de 50 Euros válida por um ano)

INSCRIÇÕES E ATENDIMENTO

Horário da secretaria: das 10h as 19h30

Informações: 960448999 / 919075904 / 212467740

E-mail: lisboa@ayurvedica.org

Informações: Rua Alexandre Herculano, 9 - 1º - 1150-005 - Lisboa (Saída Sul da estação do Metro Marques de Pombal)