

MASSAGGIO SPORTIVO



Programma

La Tecnica: Massaggio Sportivo Pre gara-Post gara- Infra gara

- Concetto di wellness
 - La figura dell'operatore
 - Gli effetti del massaggio sportivo
 - L'importanza della scelta delle tecniche
 - Indicazioni e controindicazioni
 - Prodotti utilizzati per il massaggio
 - Il contatto con il massaggiato e la postura dell'operatore
 - Il Massaggio Decontratturante
 - Le principali manovre del massaggio sportivo e la sua utilità per la performance sportiva
- Teoria:** anatomia e anatomia palpatoria, sistema muscolo-scheletrico, test muscolari, reperi anatomici

Docenti: Gianluigi Luciano, Massaggiatore Sportivo, Educatore Posturale

Dott. Marco Giuseppini, Osteopata

Dott. Francesca Mascia, Medico

Costi: 480 euro

Info: formazione.naturalia@gmail.com