



CORSO HOT STONE MASSAGE

1-2 febbraio (lezioni pomeridiane h.15-19)



PROGRAMMA

- Cosa è l'Hot Stone Massage: benefici su corpo e mente
- Preparazione delle pietre (come sceglierle e dove posizionarle)
- Preparazione dello scaldapietre (temperatura dell'acqua, utilizzo di oli essenziali)
- Fase preparatoria: manovre del massaggio antistress
- Fase attiva: utilizzo delle pietre laviche ad azione stimolante sul microcircolo, analgesica, antireumatica
- Fase statica: posizionamento delle pietre sul corpo (scioglie le rigidità muscolari, decontrattura la muscolatura, assorbe il freddo dalle ossa, migliora la mobilità articolare)

Requisiti di accesso: possono svolgere questo corso sono gli allievi che hanno le basi del massaggio (Massaggio base, Massaggio Svedese o Antistress)

Materiali: Dispense delle lezioni in formato digitale + intero Set Hot Stone Massage

Docente: Alessandra Scalas (Naturopata, Docente Nazionale CSEN)

Costi: 280 euro (Comprensivi di Iscrizione annuale e Certificato + Kit scaldapietre e pietre)

Per iscriversi: Compilare la Domanda di Iscrizione in tutte le sue parti e firmarla e inviarla via mail (formazione.naturalia@gmail.com) o fax (070.5838759) Effettuare bonifico e inviarne copia via mail o fax+Copia documento d' identità valido e codice fiscale inviarlo con la domanda.

Dati per il bonifico: Iban. IT82Z0760104800001013973670 Intestato a "Naturalia Centro Studi Scienze Umane e Tecniche Naturopatiche

INFO: Email: formazione.naturalia@gmail.com - www.centrostudnaturalia.it - Direzione tel: 328.9588249
fax: 070.5838759