

Klassische Massage mit anatomischen Grundlagen

BEAUTY / WELLNESS



Die klassische Massage ist die bekannteste und am weitesten verbreitete Massageform. Sie besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden:

- Die Effleurage, ein sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit dem Klienten und zum Erspüren der Verspannungen und Verhärtungen;
- die Petrissage, das Kneten, bei dem die Muskeln gegeneinander verschoben und

dabei gedehnt werden, zur Anregung der Durchblutung und zur Lösung von Verspannungen;

- die Friktion (Reibung), bei der mit dem Daumen oder den Fingerkuppen tiefe, kreisende Bewegungen ausgeführt werden, um Myogelosen (harte Knoten im Muskelgewebe) zu lösen, und zuletzt
- das Tapotement, bei dem durch Klopfen und leichtes Schlagen mit der lockeren Hand das Nervensystem angeregt und eine tiefe Durchblutung der Muskulatur bewirkt wird.

Die klassische Massage dient in erster Linie zur Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen und Verhärtungen in der Muskulatur, zur besseren Durchblutung der Haut und zur Entspannung und gleichzeitigen Vitalisierung des ganzen Menschen.

In diesem Seminar erlernen Sie die klassische Massage von erfahrenen Dozentinnen in der Theorie - mit anatomischen Grundlagen - und mit viel Praxis. Es wird auch auf die Massage an einem mobilen Behandlungsstuhl eingegangen.

Das Angebot wendet sich an InteressentInnen ohne Vorkenntnisse.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein großes Laken/Badehandtuch und Schreibzeug zum Seminar mit.

Die Materialkosten sind im Seminarpreis enthalten.

Dozent/in Aileen Gaube: Jg. 1990, verheiratet; Ergotherapeutin in eigener Praxis mit Zusatzqualifikation Massage-&Sporttherapie. Des Weiteren verfügt die Dozentin über Fachwissen in der Arbeit mit Menschen mit geistiger/motorischer Behinderung sowie (fernöstliche) Entspannungsmassagen und Sportkurse wie z.B. Pilates, Seniorensport, Wirbelsäulengymnastik. Nach einem kurzen Ausflug als Wirtschaftsfchwirtin(Bachelor Professional, IHK) zog es Frau Gaube in den Gesundheitsbereich. Mit dem Abschluss zur Ergotherapeutin 08/2023 erweiterte sie ihr Wissen und gibt dieses gerne an der Paracelsus Schule weiter.

Termine:

Sa. 12.04.2025

So. 13.04.2025

Sa. 26.04.2025

So. 27.04.2025

Sa. 10.05.2025

So. 11.05.2025

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

1150,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Gördelinger Str. 47
38100 Braunschweig
Tel. 0531 - 250 21 41**

Seminarnummer:

SSH33120425V1

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

