

Programma

Corso di 100 ore distribuite in cinque fine settimana dove apprenderai ad applicare la tecnica del Massaggio Yoga con persone che presentano problemi cervicali, lombari o della zona sacrale.

L'obiettivo del Corso è dotare gli studenti di una conoscenza globale e integrale della applicazione della tecnica, per poter adeguare le sedute di Massaggio Yoga a persone che presentano diversi tipi di problematiche fisiche specifiche, o difficoltà nel movimento.

L'ammissione al corso richiede aver realizzato il Corso Base e aver superato l'esame teorico pratico.

Parte Teorica

1. Anatomia del sistema muscolare.
2. Funzioni e inserzioni dei muscoli del corpo.
3. Disfunzioni della colonna vertebrale e delle articolazioni delle estremità.
4. Yoga e stile di vita.
5. Mentoring per lo sviluppo del progetto professionale.

Parte Pratica

1. Seduta decontratturante e persone con dolore.
2. Sedute per problematiche cervicali.
3. Sedute per problematiche dorsali.
4. Sedute per problematiche lombari.
5. Sedute per problematiche sacro coccigee.

Tirocinio

Pratica della tecnica in tre percorsi terapeutici di tre sedute ognuno, effettuate a tre persone, una con problematiche cervicali, una con problematiche lombari e una con problematiche sacro coccigee. Le ore di tirocinio saranno documentate e supervisionate dall'istruttore principale.