

Kurso „Masažas“
PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS

Data	Laikas (val.)	Tema	Vieta
Masažo kurso teorinė dalis			
11 09	10-14 val.	Masažo įvadas rūšys ir sistemos. Reikalavimai masažuotojui. Fiziologinis masažo poveikis	Viešbutis „Kaunas“, Laisvės al. 79
Masažo kurso praktinė dalis			
11 10	10-17 val.	Klasikinio masažo sistemos glostymo ir trynimo būdai. Klasikinio masažo sistemos maigymo ir vibracijos būdai	Viešbutis „Kaunas“, Laisvės al. 79
11 16	10-17 val.	Klasikinio masažo būdų atsiskaitymas. Atpalaiduojantis nugaros masažas taikant klasikinius masažo būdus. Kojų masažas taikant klasikinius masažo būdus. Krūtinės ir pilvo masažas taikant klasikinius masažo būdus	Viešbutis „Kaunas“, Laisvės al. 79
11 17	10-17 val.	Juosmens kryžmens ir sėdmenų masažas taikant klasikinius masažo būdus. Rankų masažas. Apykaklinės srities nugarinio paviršiaus, kaklo nugarinio, šoninių, priekinio paviršiaus, galvos, veido, apykaklinės srities priekinio paviršiaus masažas	Viešbutis „Kaunas“, Laisvės al. 79
11 23	10-17 val.	Klasikinis masažas atskiroms kūno dalims kartojimas. Klasikinio masažo atskiroms kūno dalims teorinis ir praktinis atsiskaitymas	Viešbutis „Kaunas“, Laisvės al. 79

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis el. paštu: info@sportoakademija.lt arba telefonu 8 613 29199.

www.sportoakademija.lt