

Kurso „Masažas“
PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS

Data	Laikas (val.)	Tema	Vieta
Masažo kurso teorinė dalis			
08 22	10-14 val.	Masažo įvadas rūšys ir sistemos. Reikalavimai masažuotojui. Fiziologinis masažo poveikis	Šv. Ignaco kolegija, Vilniaus g. 35
Masažo kurso praktinė dalis			
08 23	10-17 val.	Klasikinio masažo sistemos glostymo ir trynimo būdai. Klasikinio masažo sistemos maigymo ir vibracijos būdai	Šv. Ignaco kolegija, Vilniaus g. 35
08 29	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	Šv. Ignaco kolegija, Vilniaus g. 35
08 30	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	Šv. Ignaco kolegija, Vilniaus g. 35
09 05	10-17 val.	Klasikinis masažas atskiroms kūno dalims kartojimas. Klasikinio masažo atskiroms kūno dalims teorinis ir praktinis atsiskaitymas	Šv. Ignaco kolegija, Vilniaus g. 35

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

www.sportoakademija.lt