

CURSO MASAJE DEPORTIVO



Un curso donde aprenderemos nuevas técnicas para realizar un buen masaje deportivo.

El deporte está muy presente en nuestra sociedad y el masaje deportivo es un complemento perfecto por su efecto tanto acondicionador, preventivo, como recuperador de las estructuras afectadas, sea cual sea la disciplina y la intensidad.

El masaje deportivo tiene unas cualidades altamente valoradas por los deportistas, como son:

- Preparamos los tejidos para el esfuerzo a realizar
- Ayudamos a prevenir y recuperar lesiones tanto en entrenamientos como en competición.
- Reducimos el tiempo de recuperación entre entrenamientos y después de una lesión.

Este curso está **dirigido a masajistas y quiromasajistas diplomados**, que busquen diferenciarse y especializarse en la nuestra profesión, adquiriendo mayor seguridad, nuevos conocimientos, diferentes técnicas de trabajo, conocer diferentes lesiones deportivas y sus tratamientos, protocolos básicos de actuación en caso de lesión, movilizaciones articulares y masajes específicos (habrá que aportar diploma acreditativo de Quiromasaje básico como mínimo).



Ekilibra't!

FORMADOR: Vicente López

DURACIÓN:

Marzo - Julio

HORARIO:

Sábados de 9:30h a 14:15h

FECHAS:

6 y 20 de Marzo / 3 y 24 de Abril
8 y 22 de Mayo / 5 y 19 de Junio
3 de Julio

PRECIO:

50€ de matrícula + 50€/sesión

Certificado: Se entregará un Diploma al finalizar el curso

Reserva tu plaza en:

Teléfono: 629479946

Mail: info@ekilibrat.net

PROGRAMA DEL CURSO:

- Conceptos generales
- Protocolos básicos de actuación
- Masaje en los diferentes momentos de la práctica deportiva:
 - Masaje estimulante
 - Masaje tonificante
 - Masaje de preparación
 - Masaje de entrenamiento
 - Masaje antes de competición
 - Masaje en competición
 - Masaje después de competición
- Fisiología de la lesión deportiva. Exploración física.
- Movilizaciones activas y pasivas
- Pruebas biomecánicas
- Lesiones deportivas y tratamiento manual:
 - esguinces
 - contracturas
 - fascitis
 - tendinitis
 - tenosinovitis de Quervain
 - calambres
 - callosidades y contusiones
 - luxación
 - ganglión de muñeca
 - pedrada
 - “bocadillo”
 - fractura por estrés
 - crecederas
 - periostitis
 - cintilla ileotibial
 -
- Consideraciones básicas en deportes concretos:
 - atletismo
 - senderismo
 - ciclismo
 - culturismo
 - pádel
 - natación
 - artes marciales
- Masajes específicos de zonas musculares:
 - gastrocnemios
 - isquiotibiales
 - cuádriceps
 - poplíteos
 - articulación coxo-femoral
 - cervicalgia
 - lumbociatalgia
- Frío o calor: Crioterapia o termoterapia