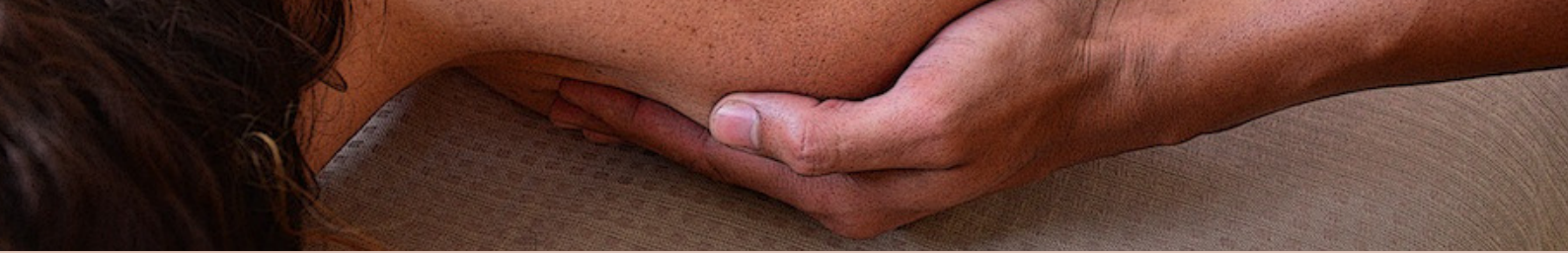




# Curso Introducción al Masaje



## Programa

1. La escucha a través de las manos
  - Cenestesia y cinestesia
  - Sensación y percepción: sus diferencias.
  - La Percepción antes durante y después del masaje.
2. Generalidades del masaje
  - Introducción a la anatomía  
Familiarización con los sistemas esquelético, muscular, circulatorio, linfático y nervioso de cara al masaje.
  - La Sesión de Masaje  
Características de la sala de masaje, la camilla, el motivo del masaje y el masaje como proceso.
3. Las cadenas musculares
  - Características principales  
Las cuatro cadenas musculares de Françoise Mézières y sus siete principios.
4. Los distintos toques del masaje  
Cualidades y funciones de: amasamientos, rodamientos, vibraciones, manipulaciones, roces y peinados, pases sedantes.
5. S.A.L.A.V. (Sentir, Aceptar, Liberar, Abrir y Vivir)  
El cuerpo como respuesta en un proceso de liberación de tensión. ¿Cuáles son los objetivos del masaje y cómo elegir los toques adecuados para cada persona y situación? ¿Cuáles son las repercusiones del masaje? ¿Qué podemos esperar que ocurra durante y después un masaje?