



MASSAGE

Für alle Interessierten, vom Anfänger bis zum Masseur und gelernten Physiotherapeuten. Auch dieser Kurs ist vor allem praktisch ausgerichtet. Die Teilnehmer lernen Massagegriffe, die es erlauben mit weniger Kraftaufwand noch tiefer in die Muskulatur einzudringen und so auch stark erhärtete Muskeln effizient zu entspannen. Mit denselben Griffen können Sie auch schmerzhaft Zustände im Rücken, den Knien, den Schultern usw. nachhaltig beruhigen und zum Verschwinden bringen. Die gleiche Methode wird auch angewendet als Erholungsmassage nach sportlicher Aktivität. Sie erhalten eine Theorieunterlagen, Fotos von den Massagegriffen, und eine DVD. Auf diese Weise können Sie später jederzeit alles noch einmal ganz genau und in Ruhe anschauen.

Themen: Verhärtungslösende Entspannungsmassage, Sportmassage

Kursort: Geroldswil bei Zürich (Autobahn Baden-Zürich)
Kursdauer: 1 Tag von 9h bis 18h

Nächstes Kursdatum: Sa 02.07.2011

Preis: CHF 320.- Inbegriffen: Kurs, Material, Kursunterlagen, Zertifikat, DVD, Saalmiete.
Nicht inbegriffen: Mittagessen, Getränke, Kaffee.



INKLUSIVE