

# MASSAGEM DE RELAXAMENTO

Curso de formação profissional técnica, dotando os formandos de competências para a execução da massagem de relaxamento.

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Idade igual ou superior a 18 anos

## CARGA HORÁRIA TOTAL

24 horas Totais  
12h Teórico-prática  
4h formação em contexto de trabalho  
8h de Estágio ou Trabalho final de curso

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

Técnico de massagem californiana de relaxamento

## DESCRIÇÃO

A Massagem de Relaxamento é uma massagem profunda e relaxante, que restabelece o equilíbrio do corpo e mente.

Aplica-se um óleo essencial seleccionado e várias técnicas que têm como principal função promover a melhoria da circulação sanguínea, remover substâncias tóxicas, aliviar o stress e restabelecer a área psico-emocional, fisiológica e energética de cada indivíduo.

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS:

- Apresentação
- Breves Abordagem de Anatomia
- Técnicas básicas de Massagem
- Indicações / Contra-indicações da massagem
- Relação Terapêutica
- Concepção de massagem relaxante
- Técnicas essenciais da massagem relaxante
- Prática de massagem (membros superiores e membros inferiores)
- Tipos de óleos e cremes mais adequados a uma massagem relaxante

## INCLUI

Manual técnico

O formando não terá qualquer custo adicional, estando todos os materiais necessários para a formação, incluídos no valor do curso.

## CERTIFICAÇÃO

No final do Curso o aluno receberá um certificado de Formação com a informação dos conteúdos programáticos e respetiva classificação.

## INVESTIMENTO

Inscrição: 50,00 euros  
Formação: 150,00 euros

## DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Cartão de Cidadão

## SAÍDAS PROFISSIONAIS:

Centro de Medicina Física e Reabilitação, Centros de estética e beleza, Hotéis, Resorts, Estâncias de Turismo, Estâncias Termais, Clubes desportivos, Centros de saúde e bem-estar, Cruzeiros, Clínicas e Centros de Medicina natural, Ginásios, Centros de apoio a idosos e a pessoas com necessidades especiais, Centros de dia e Lar de idosos, Atividade em gabinete próprio.

## TREVO

211 808 177  
info.trevo@gmail.com  
Amora