

# CURSO DE MASSAGEM AYUVÉRDICA

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

90 horas Totais  
28h Teórico  
56h Prática  
4h Formação em contexto de trabalho

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

Centro de Medicina Física e Reabilitação-

## DESCRIÇÃO

É uma massagem profundamente relaxante, actuando no campo físico e energético, tendo a função de purificação e manutenção da saúde corporal. Tem como objectivo restaurar o bem-estar físico, mental, energético e emocional.

A massagem Ayurvédica age nos sistemas: linfático (desintoxicando o organismo), circulatório (aumentando a produção de glóbulos brancos e a nutrição e oxigenação celular) e energético (reequilibrando o chakra e actuando nos sete corpos - desfazendo bloqueios emocionais). Dessa forma contribuindo na cura das principais doenças.

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS:

- Apresentação
- Fundamentos da Massagem
- Anatomia e Fisiologia Humana
- Indicações / Contra-indicações da massagem
- Introdução á Ayurvéda
- Os fundamentos da Ayurvéda
- A massagem Ayurvédica
- Prática da sequência de Massagem Ayurvédica
- Tipos de óleos e cremes mais adequados a uma Massagem Ayurvédica

## 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: 100,00 euros  
Formação: 750,00 euros ou 5 x 150,00€

## DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Cartão de Cidadão

## SAÍDAS PROFISSIONAIS:

Alguns sectores onde se insere esta profissão: Centro de Medicina Física e Reabilitação, Centros de estética e beleza, Hotéis, Resorts, Estâncias de Turismo, Estancias 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, Actividade em gabinete próprio.

## TREVO

211 808 177  
info.trevo@gmail.com  
Amora