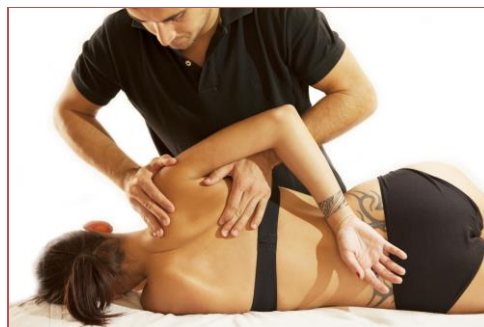
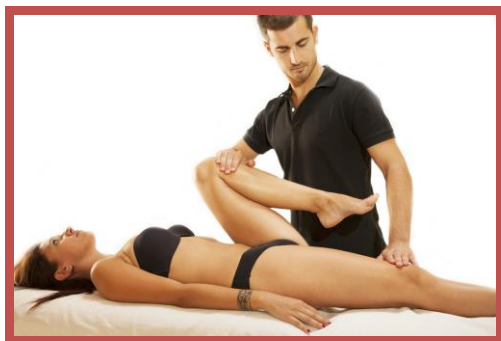


MASAJE SUPERIOR Y DEPORTIVO

CENTRO ADHERIDO AL GREMIO DE ESCUELAS DE APTN-COFENAT



El plan de estudios está basado en la experiencia que nos avalan 30 años como centro formativo. Estos programas se revisan cada año, con las modificaciones y ampliaciones oportunas para ofrecer una enseñanza de máxima calidad.

APTN-COFENAT es la Asociación Profesional que trabaja para la regulación definitiva en España de las Terapia Naturales y Manuales, con el objetivo de conseguir la futura homologación de todos los profesionales que han estudiado en las escuelas adheridas.

REQUISITOS PARA ACCEDER A ESTE CURSO: ser Masajista Diplomado.

PROGRAMA

MASAJE SUPERIOR

- **LIBERACIÓN MIOFASCIAL:**
 - Consecuencias de los acortamientos musculares y de sus fascias.
 - Estiramientos musculares.
 - Indicaciones y contraindicaciones.
- **MUSCULATURA PÉLVICA Y EXTREMIDADES INFERIORES:**
 - Grados de movilidad articular.
 - Test de acortamiento de los músculos de las extremidades inferiores.
 - Técnicas miotensivas de elongación de la musculatura.
 - Técnicas de inhibición muscular.
 - Autoelongaciones de las extremidades inferiores.
- **ESPALDA: TRATAMIENTO DE TEJIDOS BLANDOS:**
 - Movimientos armónicos.
 - Presiones contrariadas.
 - Estiramientos con palanca corta.
 - Pinzado rodado.

- Fricción pulgar en el canal paravertebral.
- Estiramiento longitudinal en columna.
- **MOVILIDAD DE LA COLUMNA LUMBAR Y DORSAL: ACTIVAS, PASIVAS Y RESISTIDAS:**
 - Extensión y flexión.
 - Lateralización y rotación.
 - Técnicas de movilidad articular lumbar y dorsal.
- **LA CINTURA ESCAPULAR:**
 - Amplitud de movimientos de la escapula.
 - Test de acortamiento de la musculatura de la cintura escapular.
 - Técnicas miotensivas de elongación muscular.
 - Autoelongaciones de las extremidades superiores.
- **COLUMNA CERVICAL:**
 - Técnicas de inhibición de la musculatura sub-occipital y cervical.
 - Test de acortamiento de la musculatura del cuello.
 - Técnicas miotensivas de elongación muscular.
 - Autoelongaciones del cuello.
- **TÉCNICAS EN EL TORAX:**
 - Técnica de elastificación del diafragma.
 - Técnica de movilización costal.
 - Movilización global de la parrilla costal.
- **PIES: TÉCNICAS FUNCIONALES:**
 - Elongación de los músculos de la pierna y el pie.
 - Elastificación en aducción, abducción, inversión y eversión.
- **BRAZOS Y MANOS:**
 - Elongación de los músculos del brazo y la mano.
 - Técnicas de inhibición muscular.

MASAJE DEPORTIVO

- Características del Masaje deportivo.
- Tipos de Masaje deportivo: pre competición, competición, post competición y mantenimiento.
- Manipulaciones específicas en el Masaje deportivo.
- Masaje miofascial profundo.
- Puntos Gatillo: introducción, exploración, palpación y tratamiento.
- Prácticas sobre lesiones del aparato locomotor.
- Supervisión de casos.