



Massage sportif



Cours garanti

Description

Le massage sportif applique les prises et procédés du massage classique en mettant l'accent sur le sport. Il développe ainsi la capacité de performance, réduit les possibilités de se blesser et peut constituer une partie importante de la préparation psychologique à la compétition. Sur la base de vos connaissances en anatomie et en physiologie, vous pouvez, à l'issue de ce cours, mettre en pratique un massage sportif dans le cadre de l'utilisation à domicile.

Contenu

- Bases de l'anatomie et la physiologie
- Techniques de base et déroulement du massage sportif

Prérequis

Aucune connaissance préalable n'est requise.

Groupe cible

Adultes

Objectifs

Vous apprenez les bases de cette méthode et vous êtes ensuite en mesure de pratiquer un traitement complet.

Date

23.05.2020 - 23.05.2020 / E_1384892

Horaires

08:30 - 17:30 h

Jours

Sa

Durée

1 Jours de cours. Total 8.00 périodes à 50 minutes

Ecolage

CHF 192.00

Lieu du cours

Place de la Gare 2, 1950 Sion

Dates

Jour	Date	Heures
1 Sa	23.05.2020	08:30 - 17:30

Ecole-club Migros Sion

Tel. +41 27 720 65 20

Place de la Gare 2
1950 Sion

eclub.sion@migros.ch
ecole-club.ch

école-club

MIGROS