



# Fisio Master

## TECNICHE DI MASSOTERAPIA IN AMBITO RIABILITATIVO E SPORTIVO

**11-12-13 OTTOBRE 2019**

### Primo Giorno

Storia del massaggio. Dall' uomo primitivo ad oggi, perché è importante conoscerlo

Materiali: lubrificanti (oli, creme, gel ,talco) lettini, sedie da massaggio, cuscini

Controindicazioni assolute e relative alla massoterapia

Posture dell'operatore e posizioni del paziente

Manovre del massaggio ed effetti biologici provocati

Cenni di anatomia piede e caviglia

Massoterapia del piede e caviglia: sfioramento, frizioni

Trattamento dell'alluce valgo con la massoterapia

Trattamento nella sindrome del tunnel tarsale con la massoterapia

Ripasso veloce delle tecniche acquisite

Cenni di anatomia gamba propriamente detta

Massoterapia gamba: sfioramento, frizioni, impastamento

Trattamento nella sindrome del tunnel tarsale con la massoterapia

Trattamento della fascite plantare con la massoterapia

Cenni di anatomia dei muscoli addominali, iliopsoas, diaframma respiratorio

Massoterapia addome sfioramento, frizione, impastamento

Trattamento groin pain syndrome (pubalgia)

Rilascio del diaframma respiratorio in tre posizioni

Ripasso delle tecniche acquisite

## Secondo Giorno

Ripasso delle tecniche del primo giorno

Cenni di anatomia dell'arto superiore

Massoterapia della mano e polso

Trattamento tunnel carpale con massoterapia

Trattamento epicondilite

Cenni di anatomia della spalla e torace

Massoterapia spalle e torace

Cenni di anatomia del collo

Massoterapia del collo sfioramenti, frizioni, impastamenti

Ripasso mattina secondo giorno

Trattamento cervicobrachialgia con massoterapia

Trattamento algie della spalla

Cenni di anatomia del dorso

Massoterapia del dorso sfioramenti, frizioni, impastamenti, trazioni manuali

Trattamento dei postumi della distrazione cervicale (colpo di frusta)

Ripasso del primo e del secondo giorno

## Terzo giorno

Cenni anatomia muscoli facciali e cranici superficiali

Massoterapia viso e cranio

Massaggio pre- trattamento Articolazione temporo mandibolare

Tecniche di massoterapia sportiva

Massaggio pre gara finalit  ,nei vari sport

Massaggio pre gara materiali

Massaggio pre gara manovre arti inferiori

Massaggio pre gara

Trattamento dello strappo muscolare

Ripasso tecniche terzo giorno

Massaggio post gara finalita'

Massaggio post gara materiali

Trattamento per la riduzione dell'affaticamento muscolare.

Chiusura del corso e consegna attestati

Tutte le giornate formative inizieranno alle ore 09:00 e termineranno alle ore 18:00. Ci saranno due pause caffè da 15 minuti ogni giorno ( una la mattina alle 11:00, l'altra alle 16:00) e una pausa pranzo di 1 ora dalle 13:00 alle 14:00