

# Kurs „Japoński Rytuał Masażu Twarzy”

**Czas trwania kursu :** 21 godzin dydaktycznych – 2 dni

**Koszt kursu :** 500 zł (cena regularna)

**Prowadzenie:** Tomasz Tomasik

**Informacje:** [body-relax@wp.pl](mailto:body-relax@wp.pl), Kom: 501 858 790

U dołu strony mogą Państwo zobaczyć film pokazowy prezentujący masaż japoński twarzy.

Zapraszamy na dwa dni intensywnego szkolenia, podczas którego poznasz techniki masażu japońskiego. Jego podstawą jest wieloletnia tradycja oraz wiedza dalekowschodnich mistrzów, która daje znakomite efekty.

Japońska technika masażu twarzy zapewnia widoczne i długotrwałe efekty, jakie trudno uzyskać za pomocą innych metod. Jest całkowicie naturalną i nieinwazyjną formą liftingu i odmłodzenia twarzy. Pozytywnie wpływa nie tylko na poprawę wyglądu, lecz także na dobre samopoczucie i pozbycie się skupionego stresu.

**Japoński masaż twarzy** – to pochodna Anma, który jest tradycyjnym systemem masażu w Japonii. System ten jest istotną częścią starożytnych nauk masażu.

Wiąże się to ściśle z pojęciem Medycyny Orientalnej w połączeniu z czterema różnymi etapami masażu. Pierwszy – to etap pielęgnacyjny, drugi – oczyszczający, podczas którego pobudzone jest krążenie. Następnie zapobiega się bądź zmniejsza powstałe zmiany na twarzy, po czym następuje ostatni etap, czyli zrównoważenie emocji wewnętrznych i Ki (siły życiowej).

Zabieg korzystnie wpływa na poprawienie ogólnego stanu zdrowia. Japoński masaż twarzy jest równoważny z akupunkturą czy też z liftingiem twarzy. Intencją japońskiego masażu twarzy jest przedłużenie naturalnego, autentycznego piękna i zdrowia oraz zapobieganie chorobom. Niechirurgiczna forma liftingu jest zabiegiem naturalnym, dzięki czemu poprawia się nie tylko wygląd skóry. Ważne jest także polepszenie samopoczucia, zmniejszenie napięcia i całkowite odprężenie się podczas masażu. Starożytne japońskie przysłowie mówi o tym, że z twarzy można wyczytać wszystko. Istotna jest redukcja negatywnych emocji, które często są wynikiem zmarszczek czy też starzenia się skóry.

**Cztery etapy japońskiego masażu twarzy.**

## **I etap**

Polega na masażu dekoltu, karku i szyi. Napięcia mięśni szyi ograniczają swobodny przepływ krwi do głowy i do twarzy. Zabiegi stosowane na twarz z masażem karku poprawiają krążenie. Potrzebny jest spory przepływ krwi, aby dostarczyć odpowiednią ilość tlenu i składników odżywczych. Służy to uniknięciu zmarszczek i utrzymaniu komórek zdrowych. Masaż karku pomaga klientowi odpocząć i redukuje stres, który jest źródłem przedwczesnego starzenia się twarzy. Podczas masażu wykorzystywane są gorące ręczniki, którymi owijają się twarz. Za pomocą tego rozluźniane jest całe ciało. Powoduje to absolutne odprężenie, uwalnia napięcia mięśni i mocno relaksuje.

## **II etap**

Usuwanie toksyn. W tej części masażu wykorzystujemy techniki drenujące w połączeniu z akupresurą, pobudzając odpowiednie punkty na twarzy. Drenaż limfatyczny poprawia ogólny wygląd twarzy. Zmniejsza obrzęki, a także nieźle radzi sobie z cieniami i „workami” pod oczami. Lepsze ukrwienie, sprawniejsze dostarczanie tlenu i składników odżywczych do skóry i pozbywanie się toksyn mają bardzo dobry wpływ na ogólną kondycję skóry. W efekcie po zabiegu twarz wydaje się młodsza i promienna.

## **III etap**

Na tym etapie koncentrujemy się na technikach intensywnie liftingujących, które mają za zadanie poprawić elastyczność twarzy i wygładzić skórę. Skupiamy się na miejscach newralgicznych.

## **IV etap**

Część energetyzująca. Pracujemy na punktach akupresurowych twarzy w celu zrównoważenia pracy narządów. Stymulacja punktów, przyporządkowanych odpowiednim narządom, usprawnia ich funkcjonowanie. Dlatego akupresurę można stosować do złagodzenia występujących już dolegliwości, jak również profilaktycznie, by poprawić ogólny stan zdrowia oraz pobudzenia energii życiowej.

### **Program szkolenia obejmuje głównie część praktyczną:**

- część teoretyczna: historia i filozofia masażu japońskiego;
- zagadnienia dotyczące akupresury twarzy;
- przeciwwskazania i wskazania do masażu;
- ogólne zasady wykonywania masażu;
- praktyczne trening masażu – pełne dwa dni;

### **Na szkoleniu otrzymują Państwo materiały teoretyczne z pełnym opisem masażu i zdjęciami poszczególnych technik masażu**

Każdy uczestnik otrzymuje certyfikat ukończenia szkolenia z masażu japońskiego twarzy.

Nasze szkolenia skierowane są do osób już praktykujących lub kształcących się na kierunkach związanych z masażem lub fizjoterapią. Nie prowadzimy szkoleń dla osób nie związanych z masażem

**EFEKTY PO WYKONANIU PIERWSZEGO MASAŻU JAPOŃSKIEGO TWARZY**

