

## Massagetherapeut(in) auf der Insel La Gomera

- Nummer** 1032-G12
- Dauer** 1 Intensivwoche
- Termine/Wann** 28. Mai - 03. Juni 2012  
Mo-So je 08-18 Uhr
- Gebühr** € 1.200,-  
(incl. USt.; als Kosten für die berufliche Weiterbildung steuerlich absetzbar.)
- Voraussetzungen** Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen, Fähigkeit zur Selbstreflexion.
- Zertifikat** Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des IEK bescheinigt. Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden. Die in dieser Ausbildung enthaltene Zusatzqualifikation Progressive Relaxation entspricht inhaltlich den qualitativen Anforderungen der Krankenkassen bzw. der Kassenärztlichen Vereinigung. Somit werden die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelfallprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen hinsichtlich des § 20 SGB V (Primärprävention) bzw. von der Kassenärztlichen Vereinigung hinsichtlich des Einheitlichen Bewertungsmaßstabs im Bereich übender Techniken als spezifische Qualifikation grundsätzlich anerkannt.
- Sonstiges** Bitte Decke, warme Socken sowie 2 große Handtücher mitbringen.
- Veranstaltungsort** IEK im Ausbildungszentrum in La Calera  
in malerischer Umgebung, ruhiger Lage und an den  
Stränden und Kraftplätzen des Valle Gran Rey.

## Massagetherapeut(in)

### Hintergrund

Die Massage zählt zu den ältesten Behandlungsformen der Medizin. Bereits 2600 v. Chr. beschrieb der Chinese Huáng Dí die ersten Massagehandgriffe und gymnastischen Übungen, auf welche sich die praktischen Anwendungen der heutigen Massage beziehen. In Verbindung mit ätherischen Ölen und Kräutern gibt es bereits frühe Nachweise in der Ayurveda (Ayur = Leben, Veda = Wissen). Die Ayurveda gilt als älteste Naturheilkunde der Welt (seit ca. 5000 Jahren). Die Abhyanga-Massage ist eine von vielen Anwendungen in der indischen Medizin, ähnlich der klassischen Massage in unserer heutigen Schulmedizin. Die klassische manuelle Massage geht auf die sogenannte „Schwedische Epoche“ und den Gymnastik- und Fechtlehrer Per Henrik Ling (1776 - 1836) mit der Gründung des ersten Zentralinstitutes für Heilgymnastik und Massage (1813) in Stockholm zurück. Heute ist die therapeutische Wirkung der klassischen Massage allgemein anerkannt. In Spezialkliniken, Gesundheitsfarmen, Sportzentren sowie Krankenhäusern findet diese Massageform bevorzugt Anwendung. Nicht nur haben Ärzte, Krankenschwestern, Hebammen, Osteopathen, Chiropraktiker und Physiotherapeuten die klassische Massage in ihr Behandlungsspektrum aufgenommen, sondern auch in der Prävention lässt sich die Massagetherapie sehr gut einsetzen. Jeder Mensch hat die Kraft in seinen Händen, anderen Menschen und sich selbst zu helfen.

### Ziel

Ziel dieser Ausbildung ist, die Wirkung der klassischen Massage in Bezug auf das Nervensystem, den Knochenbau, die Muskulatur, den Kreislauf und das Lymphgefäßsystem kennen und verstehen zu lernen. Dabei stehen die praktische Umsetzung und sofortige Anwendbarkeit der Massagetechniken im Mittelpunkt. Gleichzeitig wird das theoretische Wissen bildhaft und anschaulich vermittelt. Die klassische Massage wirkt reflektorisch sowohl auf die Physis als auch auf die Psyche. Daher liegt der Schwerpunkt der Ausbildung auf den Zusammenhängen zwischen der Massage und den erwünschten Wirkungen, wie zum Beispiel Stressabbau, Bindegewebsstraffung, Muskulaturverbesserung, Erholung von Körper und Geist, Schaffung von Ausgleich bei einem muskulären Ungleichgewicht, Entschlackung und Regeneration der Haut, Verbesserung der Körperwahrnehmung sowie weiterer Anwendungsmöglichkeiten von Massage im Präventivbereich.

## Aus dem Inhalt

- \* Entstehungsgeschichtlicher Überblick der Massage bis zur heutigen Zeit
- \* Anamnese des/der Klienten/in, um Risiken durch die Massage auszuschließen
- \* Verweise auf verschiedene Massagetechniken und Schulen, wie z. B. Periostmassage, Biodynamische Massage, Cranio-Sacral-Massage, Bindegewebsmassage, Polaryty-Massage, Cellulitits-Behandlungen
- \* Indikationen und Kontraindikationen der klassischen Massage
- \* Lagerungsvorbereitung und optimale Umgebung
- \* Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers
- \* Griffarten und Grundtechniken der klassischen Massage (Effleurage, Pétrissage, Friktionen, Tapotements & Vibrationen)
- \* Rhythmische und nacheinander ablaufende Massageschritte mit täglicher Wiederholung
- \* Psychologische und therapeutische Indikationen
- \* Reflektorische Fernwirkung der Massage, präventiv anwendbar bei häufigen Beschwerden
- \* Massage bei Geburtsvorbereitung und Geburtshilfe
- \* Kopf- und Gesichtsmassage aus der Rückenlage
- \* Fußreflexzonenmassage
- \* Selbstmassage
- \* Vertiefung der Massage durch die Kombination mit Saunaentspannung
- \* Die Wirkung des Elements Wasser auf die Psyche und ihre Relevanz in der Massage-therapie (Delfin und Walewatching )
- \* Farbe, Licht, Musik, Klänge und Meeresrauschen und ihre Verknüpfung von Entspannung und Massage
- \* Massage im Freien -Outdoormassage- in Natur, am Meer, am Strand
- \* Ansätze der Massage in Kombination mit Urlaub & Reisen - was ist möglich ? (Delfinsegeln & Entspannungsreisen auf dem Schiff, Erlebnis-, Naturmassage, Kraftorte finden - Ruhe und Entspannung auf der Insel - "eine Inselauszeit" nehmen)
- \* Progressive Muskelrelaxation (Seminarleiterschein): diese Methode nach Jacobson ist leicht erlernbar und kann sehr effektiv sein. Es findet ein Wechselspiel zwischen An- und Entspannung statt. Ein Nachspüren kann schließlich zur bewussten und gewünschten tiefen Entspannung führen. Ist diese Methode verinnerlicht, kann sie im Alltag wirksam gegen beispielsweise Stress, Schlaf- und Konzentrationsstörungen eingesetzt werden.
- \* Tiefenentspannungswirkung durch die Kombination von PMR und Massage
- \* Die reflektorische Fernwirkung der Massage im Zusammenhang mit der mentalen PMR-Wirkung /Muskeltonus (Anspannung und Entspannung durch PMR) / Herabsetzung von Spannungszuständen im Bewegungsapparat
- \* Einbettung der PMR in therapeutische Konzepte der Massage

- \* Prävention und Rehabilitation
- \* Anwendungsmöglichkeiten und Erfahrungen aus der Praxis
- \* Durchführung und Gestaltung massagetherapeutischer Einheiten
- \* Ablauf von Teilbereichsmassagen bis zur Ganzkörpermassage, mit fachgerechter Anwendung und Darstellung
- \* Ergonomie (Eigenbetrachtung des richtigen Standes, um Fehlhaltungen zu vermeiden)
- \* Grundlagen der Existenzgründung, beispielsweise die Möglichkeiten der „Mobilen Massage“
- \* Einzelcoaching

### **Aus dem Methodenteil**

In der Ausbildung werden durch Vortrag, Gruppenarbeit und Diskussion theoretische und praktische Grundlagen zur Massage geschaffen. Die erworbenen Kenntnisse werden unter Anleitung von erfahrenen Therapeut(inn)en aus der Massage und der Medizin praktisch umgesetzt und ausführlich geübt. Im Mittelpunkt stehen Selbsterfahrung, Praxiserfahrung und Supervision. Die Teilnehmer(innen) führen selbst entwickelte Massagesitzungen durch. Am Ende der Ausbildung findet eine schriftliche und praktische Prüfung statt, welche die Teilnehmenden befähigt, ins Berufsleben einzusteigen, zum Beispiel im Rahmen einer Existenzgründung.