



Obsahom týchto dvoch seminárov je odborná výučba manuálnych manipulačných mäkkých techník podľa MUDr. Rychlíkovej, ktoré veľmi účinne pôsobia na ľudský organizmus a majú veľký pozitívny účinok na zdravotný stav klienta a pacienta.

*Každá ruka dobrá, ktorá neublíži*

Masérsky kurz Mäkké techniky je rozdelený na dve časti, ktoré tvoria neoddeliteľný celok.

### Na seminári mäkké techniky sa naučíte

- ovplyvňovať a odstraňovať hyperalgetické zóny
- uvoľňovať svalové spazmy
- odstraňovať bariéry v oblasti jednotlivých svalových skupín
- uvoľňovať drobné aj väčšie kĺby

### Okrem toho sa naučíte techniky

- postizometrickej relaxácie – PIR
- trakčný test, rotačné cviky na uvoľnenie chrbtice
- automobilizačné cvičenia a relaxácie, ktoré môžete použiť ako samostatné zostavy

Na týchto seminároch sa budeme venovať najčastejšie skráteným svalom a svalom, ktoré sú najčastejšie v spazme a provokujú bolesť.

**7. marec - 9. marec 2025**

(3 dni, piatok - nedeľa)

Cena **550 €**

\* Reminy **350 €**

\* Reminy - cena pre absolventov základného kurzu v masárskej škole Reminy

### Učiteľia



**Mgr. Jana Hesteriaková**  
Fyzioterapeut – masér



**Jozef Gežo**  
Riaditeľ masárskej školy Reminy, absolvent Wat Po Thai Traditional Massage School Bangkok

### Podrobnosti

<b>Čo získate</b>	Po absolvovaní všetkých častí osvedčenie o absolvovaní kurzu
<b>Časť</b>	1 z 2 - nutné absolvovať všetky časti ako celok
<b>Trvanie</b>	3 dni
<b>Úroveň pre</b>	Maséri, fyzioterapeuti, rehabilitační pracovníci
<b>Prineste si</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• prezuvky</li><li>• písacie potreby a poznámkový blok</li><li>• biele masérске oblečenie (voľné tričko, pohodlné nohavice alebo sukňu)</li><li>• dve veľké osušky a dva uteráky</li></ul>

### Všeobecné

<b>Miesto konania</b>	Masárska škola Reminy Kollárova 715/64 039 01 Turčianske Teplice	<b>GPS:</b> 48.8586, 18.8578 <b>Smer:</b> od aquaparku na futbalový štadión
<b>Platba</b>	Kurzovné sa platí v <b>hotovosti</b> pri nástupe na kurz počas prezentácie	
<b>Prezentácia</b>	<b>Od 14:00 do 15:00 v prvý deň kurzu</b>	
<b>Rozvrh</b>	Výuka prebieha každý deň: <ul style="list-style-type: none"><li>• 09:00 - 12:00</li><li>• prestávka na obed</li><li>• 13:30 - 17:00/19:00</li></ul> Uvedené časy sú len orientačné a môžu sa zmeniť podľa potreby	
<b>Ukončenie</b>	Od 12:00 do 13:00 v posledný deň kurzu	
<b>Doprava</b>	Vlaková stanica sa nachádza desať a autobusová pätnásť minút chôdze od školy	
<b>Stravovanie</b>	Individuálne podľa vlastných požiadaviek – potraviny v centre mesta, reštaurácie v okolí školy	
<b>Ubytovanie v súkromí</b>	Adriana Petrovičová Ľubica Harkabusová	<b>Tel.:</b> 0905 780 288 <b>Tel.:</b> 0907 313 948