

**Orientační plán rekvalifikačního kurzu** Masér/ka pro sportovní a rekondiční masáž

Výuka středa od 14:00 hod do 19:00 hod. včetně přestávky

týden		Téma	Vyučující	Počet hodin
1.	12.10. 2011	Zahájení Základy stavby a funkce lidského těla		6
2.		Základy stavby a funkce lidského těla		6
3.		Základy stavby a funkce lidského těla		6
4.		Základy stavby a funkce lidského těla		6
5.		Komunikativní psychologie Základy dermatologie, epidemiologie		3 3
6.		Základy první pomoci		6
7.		Základy epidemiologie a hygieny		6
8.		Teorie sportovní masáže Právní otázky související s oborem		4 2
9.		Skupiny masérských hmatů		6
10.		Masáž zad		6
11.		Masáž zad a šíje		6
12.		Masáž zad a šíje		6
13.		Masáž horní končetiny		6
14.		Masáž horní končetiny		6
15.		Masáž dolní končetiny		6
16.		Masáž dolní končetiny		6
17.		Masáž zad, šíje, horních a dolních končetin TEST – stavba a funkce lidského těla		6 +60min.
18.		Masáž břicha, hrudníku		6
19.		Masáž břicha, hrudníku		6
20.		Teorie a praxe akupunktury, základy akupresury, reflexní terapie		6
21.		Lineární a bodová masáž, automasáž Organizace práce maséra		6
22.		Pohotovostní masáž před sportovním výkonem - opakování		6
23.		Organizace práce maséra Masáže celého těla - opakování		6
24.		Masáže celého těla – opakování TEST – teorie sportovní masáže		6 +30 min.
25.		Masáže – opakování		6
		<b>Závěrečné zkoušky</b>		<b>2</b>

Po úspěšně složené zkoušce obdrží absolvent osvědčení o rekvalifikaci s celostátní platností.

**Vybavení:** sešit, psací potřeby, přezůvky

karimatka nebo deka, staré prostěradlo, dvoudílné plavky, domácí oděv, ručník, masážní emulze