



CURSO DE MASSAGEM AYURVÉDICA À CABEÇA (SHIROABHYANGA)

A Massagem Ayurvédica à Cabeça (Shiroabhyanga) é uma massagem holística que encontra as suas raízes assentes nos princípios ancestrais da tradição Ayurvédica praticada na Índia, podendo ser feita no couro cabeludo, pescoço, ombros e face, com recurso a óleos aquecidos que têm a função de nutrir e tratar. Além dos movimentos deslizantes, também são pressionadas zonas específicas que ajudam a promover o relaxamento e a corrigir desequilíbrios e transtornos.

É extremamente útil no alívio imediato da dor e tensão muscular e pela sua prática pode ser feita num contexto familiar ou profissional.

CARGA HORÁRIA

7 horas de Curso

DESTINATÁRIOS

Profissionais de massagem

OBJETIVOS

- Conhecer os princípios e fundamentos teóricos que regem esta terapia
- Conhecer as indicações, contra-indicações e efeitos da Massagem Ayurvédica à Cabeça
- Executar com técnica a Massagem Ayurvédica à Cabeça

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Ayurveda, o que é e para que serve
- Massagem Ayurvédica à Cabeça: considerações gerais e princípios-base
- Os óleos principais: características gerais
- Indicações e contra-indicações
- Benefícios e aplicações
- Demonstração e prática da Massagem Ayurvédica à Cabeça
- Postura do terapeuta



RECURSOS MATERIAIS

Para o desenvolvimento da formação serão utilizados os seguintes recursos:

- Os formandos devem apresentar-se às aulas com:
 - Farda de cor escura ou branco. A mesma pode ser substituída por calças confortáveis (leggings ou fato de treino) escuras e t-shirt branca lisa sem decote.
 - Podem trazer ténis ou meias antiderrapantes
- Será necessário trazerem:
 - 2 Toalhões grandes e 1 Toalha média de rosto, todas de uma única cor.

CURSO INCLUI

- Pasta com Folhas Brancas
- Esferográfica
- Caderno de Apontamentos
- Garrafa de água
- Manual digital da Formação Massagem Ayurvédica à Cabeça
- Materiais diversos de atividades práticas
- Acesso a uma comunidade online privada de estudo e acompanhamento pós-curso
- Certificado reconhecido pela DGERT emitido pela plataforma SIGO
- Registo no Passaporte Qualifica

VALOR DO CURSO

140€ de Curso

Transferência bancária através do IBAN: PT50 0007 0000 0040 5635 4742 3

Só será considerada válida a inscrição no curso de Massagem Ayurvédica à Cabeça, após receção do respetivo pagamento do valor total do curso.

CONTACTOS

Feel - Formação Profissional Lda - Rua Teresa Jesus Pereira, loja 29A 2560-364 Torres Vedras

261 338 392 | 969 284 188 | geral@feel-fp.com | www.feelfp.pt