

„BALTIŠKAS MASAŽAS“

Tai pagal lietuviškas etnografines grožio procedūras ir pirties tradicijas sukūrta masažo technika.

Technikos autorės:

Menininkė, kineziterapeutė, etnografė Aušra Mačiulytė

Gydytoja, ortopedė – traumatologė Renata Kielaitė

Masažo autorės yra ir mokomojo vadovėlio „Išmokime „Baltiško masžo““ autorės.

Pilna „Baltiško masžo“ technika, tai pusantros valandos trunkantis viso kūno masažas ir papildoma masažisto sveikatos palaikymo programa. Teisingas masažuotojo darbo išdėstymas siekiant, kad dirbantis asmuo kuo mažiau kentėtų, o besimasažuojantis asmuo gautų kuo daugiau naudos.

Mokymai trunka keturias dienas:

1. Kovo 8-ąją dieną. Plaštakų, rankų, pečių juostos, menčių, kaklo ir krūtinės masažas, savimasažas.
2. Balandžio 5-ąją dieną. Pilvo, vidaus organų ir nugaros masažas, bei savimasažas.
3. Gegužės 10-ąją dieną. Pėdų, kojų ir juosmens masažas, bei savimasažas.
4. Birželio 14-ąją dieną. Veido, galvos, plaukų ir kaklo masažas, bei savimasažas.

Mokiniam suteikiama daug profesionalios informacijos ir konsultacijų iš pirminio šaltinio („Baltiško masažo“ technikos kūrėjų).

Pirmieji „Baltiško masažo“ ir savimasažo kursai vyks 2024 metų kovo 8-ąją dieną.

Kursai skirti suaugusiems asmenims. Kineziterapeutams, pirtininkams ir tiems, kas domisi sveikatingumo programomis.

Dėstytojos:

Etnografinių grožio procedūrų žinovė Aušra Mačiulytė

Gydytoja, ortopedė – traumatologė Renata Kielaitė

Mokymų metu mokinsime plaštakų, rankų, pečių juostos, menčių, kaklo ir krūtinės masažo. Gydytoja Renata Kielaitė supažindins jus su anatomijos žiniomis ir ypatumais, o Aušra Mačiulytė parodys masažo judesius ir „Baltiško masažo“ ypatumus.

Dienotvarkė:**8:30 – 9:00**

Registracija, pusryčiai.

9:00 – 10:00

Įvadas, teorija ir „Baltiško masažo“ istorija. Natūralūs aliejai ir kremai naudojami „Baltiškam masažui“.

10:00 – 13:00

Plauštų, rankų, pečių juostos, menčių, kaklo ir krūtinės masažas. Praktika ir teorija.

13:00 – 14:00

Pietūs nuo „Mockynės“. Papildomai mokėti nereikia.

14:00 – 17:00

Plauštų, rankų, pečių juostos, menčių, kaklo ir krūtinės savimasažas.

Ką pasiimti su savimi:

Jogos kilimėlis, patogiai apranga, 2 rankšluosčiai (vienas bus drėkinamas, kitas liks sausas), pledukas ir šilta skara. Sąsiuvinis ir rašymo priemonė.

Kaina ir apmokėjimas

Kursų kaina – 200 Eurų.

Registracija į „Baltiško masažo“ kursus vyks iki vasario 20-os dienos.

Registracija patvirtinama pervedus 100 Eurų mokesį į banko sąskaitą. Likusią sumą galima sumokėti atvykus arba mokant visą sumą iškart.

Sąskaitos numeris: LT127300010034364612 Swedbank AB

Gavėjas: Aušra Mačiulytė

Paskirtis: Už „Baltiško masažo“ mokymus

Papildoma informacija

Išklausius „Baltiško masažo“ kursus išduodami pažymėjimai.

Norintys likti nakvynei sodyboje „Mockynė“, tartis su sodybos savininke Aušra Kriukiėniene tel. nr.: +37069999956