

CORSO DI MASSAGGIO BASE
CLASSICO SVEDESE
CERTIFICATO

OPERATORE ASG SALUTE
FITNESS

SPECIALITÀ TECNICHE DI MASSAGGIO PER LO SPORT.



CONI



**Comitato Provinciale
di Bergamo**

FORMATORI

-Marcella gatti massoterapista
Certificata al registro formatori
CONI ITALIA
-Operatori sanitari

DURATA E FREQUENZA

Durata del corso:112 ore
Frequenza: due sabati al mese
Orario lezioni:
08.30 12.30
13.30 17.30
Posti disponibili a numero
chiuso massimo 6 partecipanti

CONTATTI

3428704294

SEDE

Treviglio (BG)

CERTIFICAZIONI

Diploma ASG
Rilasciato da CONI ITALIA
ASI BERGAMO
tesserino tecnico con validità
Due anni

PANORAMICA DEL CORSO

Percorso formativo di 14 lezioni, monte ore 112, volto all'apprendimento del metodo Massaggio base classico tecnica ad indirizzo sportivo Svedese rivolto a tutti, dai principianti ai già esperti nel mondo fitness e wellness. Il programma affronterà tutti gli aspetti della teoria e della pratica in classe attraverso esercitazioni attive con la supervisione del docente.

MATERIE

ANATOMIA

Biologia: "la cellula"
Fisiologia: "la cute e le sue funzioni"
Piani e assi di movimento
Apparato locomotore: "ossa articolazioni muscoli"
Apparato scheletrico e le ossa funzioni
Colonna vertebrale
Articolazioni
apparato muscolare "funzioni

circolazione
sistema nervoso funzioni

parte TEORICO PROPEDEUTICA

Cenni storici
Effetti fisiologici
Meccanismi di contrazione muscolare
Effetti fisiologici sulla muscolatura
Effetti fisiologici sulla circolazione
Effetti fisiologici sul sistema nervoso
Effetti psicologici
Postura definizione e importanza
Posture dell'operatore

Parte TEORICO – PRATICA

Le manualità del massaggio base
Funzioni e azioni delle manualità

Procedimento ed esecuzione di tutti i distretti prono e supino

OBBIETTIVI

Fornire le competenze complete per poter abilitarsi alla formazione di

Operatore ASG SALUTE E FITNESS

TECNICHE WELLNESS DI MASSAGGIO PER LO SPORTIVO

INIZIO DELLE LEZIONI

FINE DEL PROGRAMMA

11 GENNAIO 2025

28 GIUGNO 2025

Verifica scritta parte teorica

Esame finale di prova pratica

Rilascio diplomi circa due mesi

COSTO DI FORMAZIONE

2.500 EURO

Compreso di

Materiale cartaceo e formati PDF

Diploma

Tesserino tecnico

MODALITA' DI PAGAMENTO

PAGAMENTO MEDIANTE BONIFICO BANCARIO

Per sapere quali sono le modalità di pagamento scaricare il modulo di iscrizione

REGOLE GENERALI

-Il partecipante è tenuto al rispetto degli orari secondo il calendario condiviso.

-Ogni eventuale variazione di calendario verrà comunicata tempestivamente al partecipante.

ORE DI ASSENZA:

-Sono consentite un massimo di 20 ore di assenza per allievo, recuperabili concordando insieme ai docenti le ore o i giorni per i recuperi.

-Altre assenze (giustificate) potranno essere prese in considerazione e dovranno essere concordate con i docenti.