

Kurs

Masaż sportowy

przedmiotowy rozkład zajęć



Typ: Kursy krótkoterminowe

Nazwa kursu: Kurs masażu sportowego - numer 3386

Liczba godzin dydaktycznych: 12 godzin

Czas trwania kursu: 1-2 dni

Wymagania wstępne: ukończone 18 lat

Lp.	Treści kształcenia - zajęcia edukacyjne	Liczba godzin w okresie nauczania
1.	Wpływ masażu sportowego na organizm człowieka	1
2.	Przeciwwskazania do masażu	1
3.	Miejsce i higiena pracy	1
4.	Masaż sportowy i jego cele	1
5.	Masaż treningowy	2
6.	Masaż przed zawodami	2
7.	Masaż powysiłkowy-regeneracyjny	2
8.	Masaż kondycyjny-podtrzymujący	2
łącznie ilość godzin zajęć w semestrach		12

 **Dobrze wybrałeś!**
Szkołom Żak zaufało już ponad
pół miliona Słuchaczy.