

## LÖYLYMEESTER - ORIGINELE FINSE OPGIETINGEN NIEUW

### OMSCHRIJVING

#### Omschrijving

Hoe verzorg je een veilige en verantwoorde **opgieting**? Hoe gedraag je je in de cabine? Wat gebeurt er in de cabine en wat gebeurt er met je lichaam? Hoe begeleid je de gasten op een professionele manier? In deze opleiding krijg je een antwoord op deze vragen.

Tijdens de tweede les, kan je meteen zelf een goede opgieting in te praktijk verzorgen.

#### Voor wie is deze opleiding bestemd?

Deze opleiding is voor saunamedewerkers die opgietingen (gaan) verzorgen of hierin correct advies willen geven naar de klant.

#### Voorkennis

Er is geen voorkennis vereist.

#### Toelatingsvoorwaarden

In de praktijksessie wordt een sauna ervaren.

Hartpatiënten worden verzocht om met hun arts te bespreken of sauna voor hen toegelaten is.

Voor volgende hartpatiënten is sauna af te raden:

- ernstige, niet geregelde hypertensie
- ernstige orthostatische hypotensie (lage bloeddruk)
- onstabiele angina pectoris (hartkramp)
- recente (minder dan 8 weken) hart- of vaatproblemen, bv. hartaanval
- ernstige aorta-stenose

#### Bijkomende info

De opleiding bestaat uit twee sessies. De eerste les gaat door in een theorielokaal. Voor de tweede les wordt afgesproken in een sauna.

Voor de tweede les dien je badjas badslippers ,eventueel turkse hammamdoek mee te brengen.

De opleiding komt in aanmerking om via KMO-portefeuille te betalen. Hierdoor kan je als ondernemer tot 40% korting genieten op deze opleiding.

Meer info: <http://www.vlaio.be>

### PROGRAMMA

#### Sessie 1: theorie

- Beknopte geschiedenis sauna en thermen
- Opwarmen en afkoelen - natuurkundige principes en de effecten op het lichaam
- Routing saunaronde
- Effecten van de verschillende saunafaciliteiten op het lichaam.
- De saunameester
- Gastenbegeleiding algemeen
- Hygiëne algemeen

- Professioneel handelen bij: conflictsituaties, calamiteiten, ongewenst en ongepast gedrag

## Sessie 2 : praktijk

- Opgieten 1e, 2e en 3e generatie principes en uitvoeringen
- Primaire slagtechnieken
- Professionele houding in de cabine
- Opgietmiddelen gebruik met specifieke aandacht voor:
  - Lengte van de opgieting.
  - Dosering en gebruik opgiemiddel / olie.
  - Dosering en gebruik water / ijs
- Curatieve handelingen
- Spreekvaardigheden in de cabine.
- Houding in de cabine.
- Begeleiding van de gasten voor, tijdens en na de opgieting.
- Verstrekken van correcte informatie aan de gasten.
- Veiligheid tijdens de opgieting voor gast en zichzelf.
- Bewust bezig zijn met de conditie van iedere gast ivm veiligheid. Ook de veiligheid voor jezelf als opgieter!

## DOCENT

**Herman Borglevens** heeft 17 jaar ervaring als conceptontwikkelaar en consulting binnen de wellnesswereld. Vanuit die positie is hij erg vertrouwd met de problematiek en vragen bij het oprichten van een wellnesscenter. Hiernaast is hij ook gast professor aan de hogeschool Vives.