

INITIATIE SPORTMASSAGE

OMSCHRIJVING

Introductie

Heel wat geïnteresseerde cursisten zien een volledige opleiding sportverzorger (nog) niet zitten: daarom dan deze **initiatie in de sportmassage** met een minimum aan theorie (alleen wat noodzakelijk is om een inzicht te krijgen in de technieken van de klassieke sportmassage komt aan bod) en een maximum aan praktijk: oefenen en maar blijven oefenen!

Omschrijving

Heb je een zoon/dochter die aan sport doet, recreatief of competitief?

Maak je deel uit van het begeleidingsteam van een club?

Wil je de sporter na een inspanning weer klaar stomen voor de volgende stap/dag?

Dan biedt deze opleiding zeker een meerwaarde!

Als je de smaak dan echt te pakken hebt, kan je je achteraf nog "**specialiseren**" door verschillende bijkomende opleidingen te volgen die aansluiten op deze initiatie.

Voor wie is deze opleiding bestemd?

Iedereen die geïnteresseerd is in een korte maar intensieve opleiding sportmassage.

Voorkennis

Voor deze opleiding is geen specifieke voorkennis vereist.

Bijkomende info

Het handboek Snellenbergs is inbegrepen in het inschrijvingsgeld.

De cursist dient een hoelaken + twee handdoeken mee te brengen.

PROGRAMMA

- Een beperkte basis anatomie
- Theorie over de gebruikte tussenstof(fen), de noodzakelijke materialen, de omgang met sporters, deontologie en beroepsethiek, de (ideale) omgeving waar gemasseerd wordt, het verschil tussen en de effecten bij de voorbereidende (of stimulerende massage) en de massage na de inspanning (of sederende massage)
- Vooral praktijk waarbij alle basishandgrepen (en hun functie) aan bod komen:
 - De toepassing van de handgrepen op de rug en schouders
 - Het volledige been (voor- en achterkant) en de voeten
 - De armen en de handen, ...
- De laatste les bestaat uit een terugkoment

DOCENT

Eddy De Groot werkte meer dan 30 jaar bij grote profwielploegen en geeft al 15 jaar les (oa praktijk sportmassage) in de opleiding Sportverzorger en Wielerverzorger.