ALMA MATTERS MILANO

CORSO DI MASSAGGIO DECONTRATTURANTE



DESCRIZIONE

A livello fisico i benefici del massaggio decontratturante sono molto profondi in quanto il trattamento viene eseguito sulla muscolatura soprattutto con i gomiti e gli avambracci. Quello decontratturante è un massaggio molto ricercato dagli sportivi ma anche da chi non pratica sport ma soffre di dolori tipici causati dalla vita sedentaria o dal lavoro prolungato al computer: mal di schiena, circolazione insufficiente, cervicalgia, ecc..
Trattamento molto rilassante a livello mentale nonostante sia volto soprattutto al benessere fisico.

Durante il corso di massaggio decontratturante lo studente imparerà la sequenza del massaggio completo, verranno spiegate indicazioni e controindicazioni e date indicazioni sulla corretta postura da mantenere durante il trattamento.

Durante il corso lo studente imparerà la sequenza del massaggio completo, verranno spiegate indicazioni e controindicazioni, date indicazioni sulla corretta postura da mantenere durante il trattamento.

QUANDO

Sabato 25 e domenica 26 febbraio dalle 9,30 alle 17 con pausa pranzo.

DOVE

A Milano presso la Scuola di discipline olistiche Alma Matters, in via Alessandro Stradella 5 a pochi minuti dalla Stazione Centrale.

REQUISITI

Tutti i corsi di Alma Matters sono basati essenzialmente sulla pratica e per questo motivo tutti possono partecipare ai corsi, anche chi non ha mai avuto nessun tipo di esperienze di massaggio.

Durante le ore di lezione si parlerà a lungo di indicazioni e contro indicazioni dei trattamenti, della postura corretta che il massaggiatore deve assumere, gli oli, la preparazione degli strumenti di lavoro, come approcciarsi con il cliente e molto altro al fine di dare agli studenti tutti gli strumenti necessari per poter praticare in modo ottimale.

CHI SIAMO

La Scuola di discipline olistiche Alma Matters vanta un corpo docente di altissima qualità formatosi negli anni in prestigiose scuole italiane, indiane, thailandesi, balinesi.

Molto in vista sui media italiani, richiesti per consulenze con riviste di settore, invitati a trasmissioni di successo come "Pinocchio" di Radio Dj, sul palco del Forum di Assago di Milano per l'apertura del concerto dei Placebo con un bagno di gong e professionisti richiesti da vip quali Bianca Balti, Andy Bluvertigo, Placebo e molti altri.

Ecco solo un esempio di riviste che hanno parlato di noi









ATTESTATO

Al termine del corso allo studente verrà consegnato l'attestato di partecipazione riconosciuto dallo Csen.

COSTO

200€ (+ 30€ per la tessera assicurativa annuale per i non associati alla Scuola).

Compresa nel prezzo la dispensa fotografica con la sequenza del trattamento e l'attestato di partecipazione.

PAGAMENTO

Al fine di prenotare poter partecipare al corso è richiesto il pagamento di un acconto di 50€ che si potrà pagare

-in contanti presso la Segreteria della Scuola
-tramite bonifico bancario utilizzando i seguenti dati:

Intestazione bonifico: Alma Matters
Banca: Banca Prossima
IBAN: IT52W0335901600100000136614
Nella causale indicare "Corso di massaggio decontratturante"

MATERIALE

E' richiesto allo studente di indossare indumenti di cotone, comodi, calze e/o ciabatte pulite.
E' gradito (ma non obbligatorio) un abbigliamento di colore bianco.
Lo studente è invitato a portare con se 2 lenzuoli o 2 asciugamani o teli mare grandi.

CONTATTI

info@almamatters.it
tel. 349.4487760
www.almamatters.it

COME ARRIVARE



La scuola Alma Matters, in pieno centro a Milano si trova a pochi minuti a piedi dalla Stazione Centrale e dai principali mezzi di trasporto:

Metropolitana:
fermata “Lima” (metropolitana linea rossa) a 6 minuti a piedi
fermata “Loreto” (metropolitana linea rossa e verde) a 8 minuti a piedi
fermata “Piola” (metropolitana linea verde) a 12 minuti a piedi
fermata “Centrale” – Stazione Centrale (metropolitana linea gialla) a 18 minuti a piedi
Bus:
Filobus 92 a 2 minuti a piedi
Bus 60 a 1 minuto a piedi

PARCHEGGI

Nelle vie adiacenti la scuola ci sono molte aree "strisce blu" con possibilità di parcheggio a pagamento sulle strade.
Lungo la via Eustachi (perpendicolare di via A. Stradella) sui marciapiedi tra gli alberi si può parcheggiare gratuitamente se si trova posto).
Alcuni parcheggi coperti a pagamento nell'area della Scuola:

-**Garage Maffio**, via Plinio, 51, tel. 02 201135
-**Sansovino Parking**, Via Sansovino 2, tel. 02 2395 1352

ALLOGGI

Vista la vicinanza alla Stazione Centrale e a Corso Buenos Aires, importante arteria dello shopping di Milano, si possono trovare moltissime possibilità di alloggio: hotel, pensioni, guesthouse, Air Bnb.

Suggeriamo il sito **Booking.com** oppure **Air BnB** per la ricerca di un alloggio.

PASTI

Moltissime le possibilità di ristoro intorno alla Scuola:

-"**Portobello**" ristorante e pizzeria a 1 minuto a piedi dalla Scuola, Via Plinio, 29, tel. 02 2951 3306
-"**Cibò**", ristorante vegano a 3 minuti a piedi dalla Scuola (sconto per gli studenti di Alma Matters), Via Achille Maiocchi, 26, tel. 02 2024 2299
-"**Senju**", all you can eat cinese giapponese a 4 minuti a piedi dalla scuola, Viale Abruzzi, 19, tel. 02 2951 2705
-"**Rajput**", ristorante indiano a 6 minuti a piedi dalla Scuola, Via Antonio Stoppani, 10, tel. 02 2953 0274