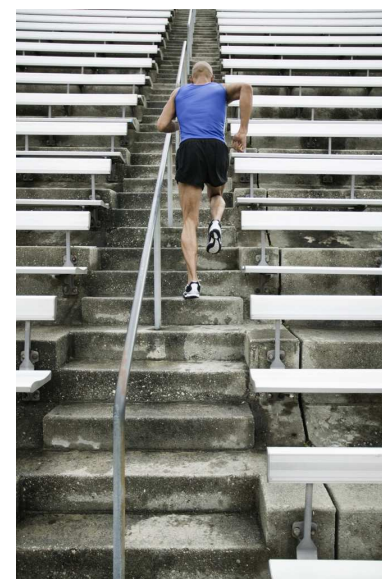




I9PROJECT

Formação, Consultoria e Organização de
Eventos

Curso de Massagem Desportiva



I9PROJECT

Formação, Consultoria e Organização de Eventos

Rua Sá da Bandeira, 766 1º Esq.

4000-432 Porto

Tel: 220933609/ 919404878

cursos@i9project.net

www.i9project.net

Apoios:

Formação.com.pt

Portal de Formação Profissional

8 de Setembro de 2010

Curso de Massagem Desportiva

FUNDAMENTAÇÃO:

A massagem desportiva é reconhecida actualmente como uma terapia eficaz na prevenção de lesões musculares e na preparação física e psíquica dos atletas, em todo o processo desportivo. Este tipo de massagem, tem muitos pontos em comum com outras formas de massagem. No entanto, é especialmente importante compreender a fisiologia do esforço, a nutrição desportiva, a própria farmacologia desportiva e o mecanismo e o tratamento de lesões. Só assim a massagem poderá beneficiar o atleta, quer na sua vida pessoal, quer no seu treino desportivo. A massagem desportiva tornou-se assim um ingrediente necessário para um trabalho desportivo completo.

DESTINATÁRIOS:

Estudantes e profissionais das áreas da saúde ou do desporto

DURAÇÃO E HORÁRIO:

50 horas, Segundas, Quartas e Sextas-feiras das 19 às 22 horas

CALENDARIZAÇÃO:

Dias 8, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 24, 27, 29 de Setembro e 1, 4, 6, 8, 11, 13 e 15 de Outubro de 2010

LOCAL: PORTO - Rua Sá da Bandeira, 766, 1º Esq.

OBJECTIVO GERAL:

Este curso visa dotar os formandos de conhecimentos teóricos e técnicos que lhes permitam actuar na área da recuperação física em desporto designadamente no acompanhamento de atletas de várias modalidades .

OBJECTIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar as diversas estruturas do corpo humano, e compreender a sua localização e função.
- Identificar a anatomia óssea e articular, compreender a importância do sistema muscular, conseguindo identificar os músculos, os movimentos articulares e relacioná-los com a anatomia óssea.
- Conhecer e identificar possíveis patologias e lesões desportivas.
- Aplicar as técnicas de massagem correctamente.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Mód. 1 - Introdução à Massagem Desportiva

Mód. 2 - O Corpo Humano e as adaptações fisiológicas ao exercício

Mód. 3 – Técnicas de Massagem de Relaxamento

Mód. 4 – Massagem Desportiva

Mód. 5 - Aplicabilidade da Massagem Desportiva na Melhoria do Rendimento

Mód 6 – Cenários Desportivos

FORMADOR:

Dr. Octávio Dimas - Fisioterapeuta

PREÇO: 240€

CERTIFICAÇÃO

No final da acção os formandos aprovados terão direito a um certificado de formação

Mais informações através do E-mail cursos@i9project.net ou tel.: 220933609 / 919404878

Inscrições online em:
<http://www.i9project.net/inonline.php>

Inscrições até ao dia 3 de Setembro de 2010 inclusive e válidas após pagamento .

I9PROJECT

Rua Sá da Bandeira, 766, 1º Esq.
4000-432 Porto
Tel.: 220933609 / 919404878
E-mail:cursos@i9project.net