

PLAN KURSU MASAŻU KOBIDO

Lp.	Temat	Liczba godzin
Część teoretyczna - 10 godzin		
1.	Wprowadzenie i rys historyczny metody.	1
2.	Przebieg masażu.	1
3.	Wskazania i przeciwwskazania.	1
4.	Karta konsultacyjna Kobido.	1
5.	Podstawy anatomiczno-fizjologiczne skóry.	1
6.	Podstawy anatomiczno-fizjologiczne układu mięśniowego i chłonnego górnej części ciała.	2
7.	Podstawy teoretyczne terapii mięśniowo-powięziowej.	1
8.	Podstawy teoretyczne manualnego drenażu limfatycznego.	1
9.	Kobido a inne zabiegi estetyczne.	1
Część praktyczna - 10 godzin		
1.	Demakijaż i ocena skóry.	1
2.	Peeling i przygotowanie skóry do masażu.	1
3.	Terapia mięśniowo-powięziowa.	2
4.	Drenaż limfatyczny.	1
5.	Masaż relaksacyjny.	1
6.	Lifting.	1
7.	Akupresura. Wyciszenie i zakończenie masażu.	1
8.	Wykonanie pełnego rytuału Kobido	2
Razem		20