



**ACCADEMIA STUDIO
LAKSHMI**
Formazione Olistica Certificata



Corso 2025 – 26

ATTESTATO di OPERATORE OLISTICO

Disciplinato ai sensi della Lg. 4/2013

In

TECNICHE DEL MASSAGGIO BIONATURALE OLISTICO

Certificazione valida ai fini lavorativi

Frequenza week end (uno al mese, orario 9,30 – 13,30 / 14,30 – 18,30)

Inizio: 18 ottobre 2025 - Termine 21 giugno 2026

Totale ore: 200

Struttura e programma del Corso:

Il corso è rivolto a:

coloro che desiderano iniziare una nuova carriera nel settore olistico: persone motivate sia a livello professionale sia personale e ad Estetiste, Operatori del benessere e Massaggiatori in aggiornamento

Frequenza: un week end al mese per nove mesi

Orario: 9.30–13.30 e 14.30–18.30

Frequenza mensile.

Durata 9 mesi.

Attestato valido dalla Legge 4/2013: immediata spendibilità professionale.

Formazione completa su tecniche bionaturali olistiche: teorico-pratica, dedicata al massaggio rilassante, bioenergetico, riflessologia di base.

Iscrizione al registro nazionale degli operatori olistici possibile al termine.

Approccio personalizzato e attento agli allievi: alta interattività.

Attestato valido ai fini lavorativi (Legge 4/2013)

Parte teorica:

- ✓ Elementi di Anatomia e Fisiologia base: in formato pdf, con costante riferimento durante le ore di pratica in presenza.
- ✓ Differenze tra massaggio terapeutico, massaggio estetico e massaggio olistico
- ✓ Zone interdette al massaggio
- ✓ Indicazioni e controindicazioni al massaggio
- ✓ Controindicazioni assolute e relative
- ✓ Deontologia ed Etica professionale: in formato pdf, con riferimenti alla presa in carico del Cliente e alla corretta terminologia da utilizzare in ambito olistico.
- ✓ Consenso Informato e Scheda Cliente.
- ✓ I Registri Professionali la legge di riferimento lg. 4/2013 per la professione di Operatore Olistico.

Materiale didattico: incluso nel prezzo del Corso

- ✓ Dispense didattiche e video utili per rivedere e ripassare ogni tecnica specifica di massaggio.
- ✓ 9 tecniche complete di massaggio.
- ✓ Attrezzatura: olii, creme e quanto sia utile ad eseguire le tecniche di massaggio è compreso nel costo del corso per tutta la durata del Corso. Nessun costo aggiuntivo. Compreso Attestato finale.

Occorrente ad uso personale che ciascun partecipante porterà:

- ✓ Due asciugamani grandi tipo telo mare ad uso personale
- ✓ Abbigliamento comodo, es. calzoni tuta o di tela, calzature da utilizzare solo all'interno della Scuola: es. ciabatte sanitarie.
- ✓ La Scuola fornisce la t-shirt polo in cotone.

Pratica professionale:

18 – 19 ottobre MASSAGGIO BASE SVEDESE: preparazione del lettino e gestione del ricevente su lettino. Postura e respirazione dell'Operatore. Tecniche base del massaggio e tecniche ausiliarie – complementari. Acquisizione delle specifiche manualità di base: sfioramento, frizione, impastamento, percussione, vibrazione. Realizzazione tecnica completa del Massaggio Base Svedese: posizione supina e prona.

22 – 23 novembre MASSAGGIO RILASSANTE OLISTICO AROMATERAPICO: olii base e olii essenziali. Caratteristiche, proprietà e utilizzo. Azione dell'Aromaterapia sulle emozioni e creazione di sinergie specifiche per alleviare i più comuni disturbi psicosomatici e fisici. Tecnica completa del Massaggio Rilassante Olistico.

20 – 21 dicembre HOT STONE MASSAGE: Trattamento e Massaggio con le pietre calde. Origini e storia della tecnica hot stone, azione disintossicazione, effetto depurativo, rigenerativo e tonificante. Aromaterapia e indicazioni.

24 – 25 gennaio 2026 MASSAGGIO BASE AYURVEDICO ABHYANGAM: elementi base di Ayurveda, i cinque elementi e tre Dosha, Vata, Pitta, Kapha. Le sei tecniche base del massaggio ayurvedico, differenza tra massaggio bionaturale occidentale e massaggio ayurvedico. L'oleazione: tecnica fondamentale del massaggio ayurvedico, collegamento all'Aromaterapia. Tecnica completa del Massaggio base ayurvedico Abhyangam.

21 – 22 febbraio MASSAGGIO LINFODRENANTE RIDUCENTE ANTICELLULITE: elementi di Anatomia e Fisiologia, il Sistema Linfatico. Linfa, Stazioni linfatiche, linfoghiandole, linfonodi. Indicazioni, benefici e controindicazioni. Definizione di Cellulite, il tessuto connettivo adiposo. Tecnica completa del Massaggio Linfodrenante Riducente Anticellulite.

21 – 22 marzo MASSAGGIO SPORTIVO e Trattamento con Tape Elastico: elementi di Anatomia, acido lattico e fisiologia muscolare, tecniche di defaticamento, stretching passivo e attivo, mobilizzazione. Tecnica pre-gara: riattivante, tecnica intra-gara detensionante, tecnica post-gara defaticante e applicazioni di tape elastico.

25 – 26 aprile–MASSAGGIO DECONTRATTURANTE OLISTICO: elementi di anatomia e fisiologia, il rachide cervicale, dorsale e lombare. La colonna vertebrale, le alterazioni della colonna vertebrale: concetti di cifosi e di lordosi. Postura e respirazione. La tecnica connettivale di scollamento fasciale.

Tecnica completa del Massaggio Olistico Decontratturante nelle tre posizioni:

- Supina
- Prona
- Seduta

23 -24 maggio MASSAGGIO MUSCOLARE PROFONDO Greco-Romano

Origine e azione del massaggio muscolare profondo. L' apparato osteoarticolare, muscolare e l' equilibrio fisico-emozionale.

20 – 21 giugno RIFLESSOLOGIA PLANTARE: le basi della Riflessologia Plantare metodo Ingham, le tecniche base del trattamento del piede e massaggio del piede.

Totale : 9 tecniche di massaggio complete.

Pratica e tecnica professionale in aula: ore 144

Pratica documentata: ore 43

Verifiche intermedie (formato pdf, risposte multiple): 2 (equiparate a ore 13)

Totale ore corso: 200.

Costo del Corso: euro 1950 Iva inclusa

- Iscrizione euro 150
- Pagamento rateizzato in n. 9 rate mensili di euro 200 mensili, senza interessi



Un'opportunità davvero unica per formarti professionalmente, fare la differenza nel mondo del benessere e lavorare, da subito.