

# Massagem de Bambu

A Massagem de Bambu é uma técnica utilizada para reduzir a tensão e o stress libertando a energia do corpo deixando a pele mais flexível. De acordo com as manobras elaboradas, com diversos tamanhos de bambus, poderá ter um efeito anticelulítico e reafirmante.

## Conteúdos Programáticos:



- Introdução à massagem de Bambu;
- Contraindicações da massagem com bambu;
- Indicações e características do bambu;
- Movimentos da massagem com os bambus;
- Higienização do bambu;
- Técnicas da massagem. Parte posterior pé, perna/coxa e coluna vertebral;
- Técnica de massagem. Parte anterior- pé, membros inferiores, parte interna do membro inferior, abdómen, membros superiores, tórax, cervical e rosto.

**Horas:** 16H

**Kit:** Canas de Bambu (6)

**Preço:** 250€

