

PLAN KURSU**Kurs masażu sportowego (dla absolwentów kursu masażu klasycznego)**

L.p	Zagadnienia programowe	Liczba godzin	zal/egz
Zajęcia teoretyczne			
1.	- zasady stosowania masażu sportowego - wpływ masażu sportowego na organizm człowieka - rodzaje masażu sportowego - masaż sportowy w wybranych dyscyplinach sportowych - wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu sportowego.	5	zal
Razem		5	
Zajęcia praktyczne			
1.	Masaż sportowy kończyny dolnej	12	zal
2.	Masaż sportowy kończyny górnej	10	zal
3.	Masaż sportowy klatki piersiowej	2	zal
4.	Masaż sportowy powłok brzusznych	2	zal
5.	Masaż sportowy kręgosłupa i grzbietu	10	zal
6.	Masaż sportowy karku, obręczy barkowej	4	zal
Razem		40	
Ogółem		45	