

Massaggio BASIC  
Classic 1 Anno

Prof. E Musumeci



# Manovre Massaggio



- ❖ Apertura con mani a preghiera sullo sterno in drenaggio verso le zone di scarico ascellari ( tre passaggi )



❖ Stiramento del Muscolo Trapezio dal Terminus all'Omero ( 3 passaggi )



❖ Digito-pressioni al trapezio sui tre punti: esterno, medio e interno ( 1 passaggio )



- ❖ Rilassamento attraverso stimolazione zona Occipitale a pugni chiusi in rotazione, adattare le pressioni alla tipologia di cliente. ( 10 secondi )



- ❖ Aggancio omero trapezio occipite, trazione in salita e sfioramento in discesa ( 3 passaggi )



- ❖ Stiramento Muscolo Sternocleidomastoideo in salita ( 3 passaggi ) evitare pressioni sulla parte centrale



❖ Drenaggio becco d'oca verso Parotis ( 3 passaggi )



- ❖ Effettuare un rimpolpamento del tratto somatico, con dita a forcella sulla porzione grande e piccolo zigomatico ottenendo così, una buona ossigenazione



❖ Pompaggi in apertura sulle guance



❖ Pompaggio in apertura sulla fronte



- ❖ Pompaggio sugli occhi utilizzando le falange ( circa 10 secondi )



- ❖ Digitopressione dito indice interno occhi, Cerchiolini partendo dalla parte alta dell'occhio al temporalis ( 3 volte )



- ❖ Cerchiolini partendo dalla parte bassa dell'occhio al temporalis ( 3 volte )



- ❖ Passaggio mano orizzontale sulla fronte in stiramento  
( 8 passaggi )



- ❖ Drenaggio con mani a preghiera dal centro scendendo su tutto il viso



❖ Posizionamento sul davanti, dondolio leggero omero  
( lentamente )



- ❖ Girare la testa della cliente verso l'operatore, effettuare degli effleurages a mani aperte su tutto lo sterno ( 3 passaggi da entrambi i lati )



- ❖ Effettuare dei pompaggi lungo le braccia fino ad arrivare al polso ( 3 volte )



- ❖ Chiudere con uno stiramento delle braccia, agganciando i polsi e trazionare verso il basso.