

PROGRAMA FORMATIVO DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA
TÉCNICAS DE MASAJE HOT STONES. PIEDRAS CALIENTES
IMPE013PO

PROGRAMAS DE FORMACIÓN DIRIGIDOS PRIORITARIAMENTE A TRABAJADORES OCUPADOS

Noviembre 2018

PROGRAMA DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA:
TÉCNICAS DE MASAJE HOT STONES. PIEDRAS CALIENTES

DATOS GENERALES DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA

1. Familia Profesional: IMAGEN PERSONAL

Área Profesional: ESTÉTICA

2. Denominación: TÉCNICAS DE MASAJE HOT STONES. PIEDRAS CALIENTES

3. Código: **IMPE013PO**

4. Objetivo General: Dominar las técnicas asociadas al masaje con piedras calientes Hot Stones.

5. Número de participantes: Según normativa, el número máximo de participantes en modalidad presencial es de 30.

6. Duración:

Horas totales: 40

Modalidad: Presencial

Distribución de horas:

Presencial:..... 40

Teleformación:..... 0

7. Requisitos mínimos de espacios, instalaciones y equipamiento:

7.1 Espacio formativo:

AULA POLIVALENTE:

El aula contará con las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo de la acción formativa.

- Superficie: El aula deberá contar con un mínimo de 2m² por alumno.
- Iluminación: luz natural y artificial que cumpla los niveles mínimos preceptivos.
- Ventilación: Climatización apropiada.
- Acondicionamiento eléctrico de acuerdo a las Normas Electrotécnicas de Baja Tensión y otras normas de aplicación.
- Aseos y servicios higiénicos sanitarios en número adecuado.
- Condiciones higiénicas, acústicas y de habitabilidad y seguridad, exigidas por la legislación vigente.
- Adaptabilidad: en el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad dispondrá de las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar la participación en condiciones de igualdad.
- PRL: cumple con los requisitos exigidos en materia de prevención de riesgos laborales

En su caso, espacio específico relacionado con la acción formativa:

Taller de masajes estéticos y técnicas sensoriales asociadas, de tres metros cuadrados por alumno.

Cada espacio estará equipado con mobiliario docente adecuado al número de alumnos, así mismo constará de las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo del curso.

7.2 Equipamientos:

Se contará con todos los medios y materiales necesarios para el correcto desarrollo formativo.

- Pizarra.
- Rotafolios.
- Material de aula.
- Medios audiovisuales.
- Mesa y silla para formador/a.
- Mesas y sillas para alumnos/as.
- Hardware y Software necesarios para la impartición de la formación.
- Conexión a Internet.

En su caso, equipamiento específico necesario para el desarrollo de la acción formativa:

- Camillas.

- Taburetes.
- Carritos para pequeños equipos y útiles.
- Tallímetro.
- Soportes para ejecución de masajes por presión.
- Soportes para la realización de las técnicas sensoriales.
- Equipos para la audición de la música.
- Lencería.
- Calentador de piedras y piedras de diferentes tamaños.
- Cosméticos para masaje en todas sus formas cosméticas.
- Archivos clasificados de las distintas melodías.
- Contenedores para material.

Se entregará a los participantes los manuales y el material didáctico necesarios para el adecuado desarrollo de la acción formativa

Las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial e higiénico sanitaria correspondiente y responderán a medidas de accesibilidad universal y seguridad de los participantes.

En el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

8. Requisitos necesarios para el ejercicio profesional:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si existen requisitos legales para el ejercicio de la profesión)

9. Requisitos oficiales de los centros:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si para la impartición de la formación existe algún requisito de homologación / autorización del centro por parte de otra administración competente.

10. CONTENIDOS FORMATIVOS:

1. INTRODUCCIÓN AL MASAJE CON PIEDRAS CALIENTES
 - 1.1. Introducción al masaje con piedras calientes o Hot Stones
 - 1.2. Cuestiones previas al masaje
 - 1.2.1. Ergonomía
 - 1.2.2. Ejercicios del profesional
 - 1.2.3. Efectos, Indicaciones y Contraindicaciones
2. APLICACIÓN ESTÁTICA DE LAS PIEDRAS SOBRE LOS PUNTOS MARMA EN DECUBITO PRONO
 - 2.1. Aplicación de las piedras
3. DECUBITO PRONO SOBRE EL MIEMBRO INFERIOR.
 - 3.1. Estiramiento inicial
 - 3.2. Roce superficial
 - 3.3. Frotación circular de piedras
 - 3.4. Frotación de piedras en zig-zag
 - 3.5. Frotación de piedras
 - 3.6. Amasamiento de piedras
4. ESPALDA
 - 4.1. Roce palmar superficial
 - 4.2. Frotación circular con piedras
 - 4.3. Frotación de piedras en zigzag
 - 4.4. Frotación circular de piedras
 - 4.5. Frotación de piedras
5. APLICACIÓN ESTÁTICA DE LAS PIEDRAS SOBRE LOS PUNTOS MARMA EN DECUBITO SUPINO
 - 5.1. Aplicación estática de las piedras
6. MIEMBRO INFERIOR EN DECUBITO SUPINO
 - 6.1. Roce superficial
 - 6.2. Frotación de piedras
 - 6.3. Frotación de piedras
 - 6.4. Frotación en zigzag
 - 6.5. Amasamiento
 - 6.6. Frotación sobre el dorso y planta del pie
 - 6.7. Roce superficial
7. MIEMBRO INFERIOR EN DECUBITO SUPINO
 - 7.1. Roce superficial
 - 7.2. Frotación de piedras
 - 7.3. Frotación alternativas de piedras
 - 7.4. Frotación en zigzag
 - 7.5. Frotación palmar y estiramientos de mano y dedos
 - 7.6. Roce superficial
8. ABDOMEN
 - 8.1. Roce palmar superficial
 - 8.2. Frotación con piedras

8.3. Frotación de piedras alternativas

9. CUELLO Y HOMBROS

9.1. Roce superficial

9.2. Frotación alternativa sobre la zona superior del pectoral mayor