Massagekursus til hjemmebrug for par

VirkVel Academy v. Lillibeth Bjørklund i Sorø tilbyder massagekurser for private, som gerne vil lære at give en behagelig massage derhjemme – som par, venner, veninder, kollegaer eller forældre og barn (fra 14 år).

Undervisningen foregår i hyggelige lokaler i Sorø med små hold på højst 3–4 par.

Måske kender du det at få eller give massage, hvor "massøren" hurtigt bliver træt i tommelfingrene, eller hvor massagen ikke helt føles behagelig – hverken for den, der giver, eller den, der modtager.

Jeg bliver ofte spurgt, om jeg som professionel massør ikke bliver træt i fingrene af at give massage. Mit svar er: "Nej, det handler i høj grad om teknik!" Det er bl.a. den teknik, jeg gerne vil videregive til dig og jer på kurset.

Måske drømmer du om at blive massør?
Så kan kurset være et springbræt til at afprøve din interesse.

Find kursusdatoer på VirkVel.dk

Vil du eller I gerne på kursus, men kan ikke på de planlagte datoer? Så skriv til mig. Vi kan måske sammen finde datoer, der passer jer. Jeg opretter gerne nye kursusdatoer efter ønske.

En tidligere deltagers oplevelse

Jeg har afholdt mange massagekurser for par og modtog uopfordret denne besked fra Jena, som deltog sammen med sin mand:

> *"Hej Lillibeth, vil bare sige dig tusind tak for et rigtig godt og udbytterigt massagekursus. Det var en god og behagelig måde du afviklede det på. Du har en god evne til at få én til at give slip og tage imod nyt. Vi glæder os til at bruge det fremover. Mange hilsener fra Jena Askgaard"*

Din underviser

Jeg hedder Lillibeth Bjørklund og har været eksamineret fysiurgisk massør og indehaver af VirkVel siden 2007. Jeg har mange års erfaring med del- og helkropsmassage, fysiurgisk massage, pædagogisk massage, parmassage og gravidmassage. Jeg har også mange års erfaring med undervisning. Læs meget mere på **www.VirkVel.dk**

Et massagekursus til hjemmebrug er en god investering!

Massagekurset varer 12 intensive timer: en hverdagsaften på 4 timer med teori og massagegreb og efter ca. 14 dage en weekenddag på 8 timer med praktisk læring. Her øver I jer på hinanden efter grundige instruktioner og demonstrationer.

Du og I bliver introduceret til massagens historie, greb og teknikker, og vi taler om, hvordan massage kan bidrage til afslapning og lindre visse former for muskelspændinger og ubehag. Efter de 12 timer har I lært grundlæggende teknikker til at kunne give hinanden, venner og familie en god og behagelig helkropsmassage.

Massage kan være en hjælp ved spændinger og spændingsrelateret ubehag og har ofte en afslappende virkning. Vi arbejder også med ergonomi og teknik, så du kan massere uden unødigt at belaste dine egne hænder, fingre og ryg.

Du får den nødvendige introduktion til at udføre massage til hjemmebrug på en hensynsfuld og forsvarlig måde og lærer, hvornår massage bør undgås eller tilpasses.

Det skal dog understreges, at kurset IKKE giver den nødvendige uddannelse til at praktisere professionelt. En professionel uddannelse som fysiurgisk massør omfatter væsentligt mere teori, anatomi, fysiologi og praktisk undervisning.

Der udleveres let overskueligt materiale, som kan guide dig, når du giver massage derhjemme. Du får information om, hvornår man ikke bør massere, og hvordan man tager hensyn ved eventuelle skader, sygdom m.fl.

Efter teori og grundig demonstration øver I jer sammen med jeres partner, ven eller kollega med løbende guidning og vejledning.
Efter aftale vil massagebrikse, lagner og olie være til rådighed, hvis I ikke har selv.

Mange har glæde af en veludført massage. Massage kan øge den lokale blodgennemstrømning midlertidigt, fremme afslapning og give en oplevelse af velvære og fornyet overskud.

Lær at give og modtage massage

Kurset kræver ingen særlige forudsætninger – kun lysten til at lære og deltage aktivt.

Pris: 1.400 kr. pr. person

Tilmelding som par eller enkeltperson. Hvis du tilmelder dig alene, skal du være indstillet på at øve sammen med en anden deltager. Kurset er for kærester, ægtepar, venner, veninder, kollegaer og forældre/barn (fra 14 år), men tilmeld dig også gerne alene.

Tilmelding og information

Skriv en mail til underviser Lillibeth Bjørklund på **mail@virkvel.dk**
Derefter får du tilsendt yderligere information og et kursusprogram for de 12 timer.

Læs mere www.VirkVel.dk eller på min Facebook side:
VirkVel i din krop - hvor mine kurser ligger som begivenheder.

Glæder mig til nogle lærerige timer sammen med dig / jer

Lillibeth Bjørklund
sms: 27142800

VirkVel Academy
Nørrevej 3

4180 Sorø