

# QUICK MASSAGEM

Aluna: Glaucia Salete Pieri

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia



## Conceito:

É uma massagem expressa (rápida) com duração de 15 a 25 minutos. Realizada em uma cadeira específica, projetada para ocupar pouco espaço e ao mesmo tempo manter o cliente em uma posição confortável.

## Como é realizada:

São trabalhadas regiões como: pescoço, ombros, costas, braços e mãos através de técnicas de deslizamento, percussão, amassamento, tapotagem e pressão sobre todo o corpo.

## Benefícios para as empresas:

- Prevenção de LER/DORT;
- Redução de afastamento do trabalho devido a dores;
- Melhor desempenho, maior produtividade;
- Melhora a relação entre colegas.

## Benefícios Para o Colaborador

- Alívio de dores muscular;
- Relaxamento;
- Aumento da circulação sanguínea;
- Diminui o estresse;
- Aumenta a concentração e a atenção durante a jornada de trabalho.

**“A Quick Massagem e uma ótima alternativa para quem precisa relaxar, mas dispõe de pouco tempo”.**



Centro de Educação Profissional

**SÃO CARLOS**

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site [www.SAOCARLOSCursos.com.br](http://www.SAOCARLOSCursos.com.br)