

Senac

beleza e
bem-estar

Quick massage

Capacite-se para promover relaxamento e bem-estar por meio da quick massage.

SE LIGA NA **PROGRAMAÇÃO**

CARGA HORÁRIA	**8 horas**
PERÍODO	**Manhã, tarde ou noite**
FORMATO	**Presencial**
FREQUÊNCIA	**1 vez por semana**
INSCRIÇÕES	**https://www.rj.senac.br/cursos/beleza-e-bem-estar**



A quick massage, ou massagem expressa, é uma técnica de massagem rápida realizada em cadeira ergonômica específica, com foco no alívio das tensões musculares e na promoção do bem-estar. A aplicação é feita sobre a roupa, utilizando manobras de pressão, deslizamento e alongamento, principalmente na região das costas, ombros, pescoço, braços e mãos.

Com duração média entre 10 e 15 minutos, a técnica pode ser aplicada em empresas, eventos, clínicas, spas, academias, feiras, shoppings centers e atendimentos particulares. Por não exigir o uso de óleos ou cremes, torna-se uma opção versátil.

Esse mercado encontra-se em constante crescimento, especialmente devido à busca por qualidade de vida, redução do estresse e cuidados preventivos com a saúde. É uma excelente oportunidade profissional para quem deseja atuar na área do bem-estar e terapias corporais.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL BEM-ESTAR

VOCÊ ESTÁ AQUI

Quick massage
8 h

2 semanas

Cursos relacionados

- **Auriculoterapia** — 40 h
- **Reflexologia podal** — 40 h
- **Aromaterapia** — 40 h
- **Bandagem elástica** — 40 h
- **Ventosaterapia e moxabustão** — 40 h
- **Terapias holísticas aplicadas** — 28 h
- **Liberação miofascial: manual e instrumental** — 40 h
- **Técnico em massoterapia** — 1200 h



PARA QUEM É **ESTE CURSO?**

- Para pessoas que desejam iniciar na área de bem-estar por meio de um curso rápido e acessível.
- Para pessoas que buscam aprender uma prática terapêutica que possa ser realizada de modo autônomo ou em atendimentos em empresas e eventos.
- Para pessoas interessadas em desenvolver habilidades voltadas à saúde e ao relaxamento.

PARA QUEM NÃO É ESTE CURSO?

- Para pessoas que têm interesse em aprender massagem na maca, massagem sueca ou qualquer outra técnica que não seja exclusivamente a massagem expressa na cadeira.
- Para pessoas que procuram formação em massoterapia avançada ou técnicas de reabilitação clínica.
- Para pessoas que buscam especialização em terapias holísticas profundas.

PRÉ-REQUISITO:

- Idade mínima: 16 anos.
- Escolaridade: ensino fundametal completo.
- Conhecimentos específicos: não há.



POR QUE FAZER **ESTE CURSO?**

- **Formação curta**, presencial, com 8 horas de duração e **rápida inserção profissional**. Você aprende manobras de massagem expressa, tais como deslizamento, fricção, amassamento e percussão.
- As salas de aula são ambientes de trabalho que simulam espaços de bem-estar com **infraestrutura completa** e **cadeiras de massagem expressa**.
- Desenvolve o profissional para trabalhar tanto em **locais especializados em bem-estar** quanto em eventos, empresas, shopping centers etc. Além de habilitá-lo a trabalhar de forma autônoma.
- Atendimento expresso, gerando **aumento dos lucros**.



VOCÊ SAI PRONTO PARA COLOCAR **TUDO EM PRÁTICA.**

- **Higienização e organização** do espaço de trabalho.
- **Montagem e desmontagem da cadeira ergonômica** específica para quick massage, a qual garante que todas as manobras sejam aplicadas de maneira segura.
- Aplicação das **manobras**, com ênfase no desenvolvimento de habilidades.
- Efeitos que podem ser apresentados **pós-massagem**.



COMO ME **INSCREVO?**

Você pode se inscrever pelos seguintes canais:

1. **Telefone:** (21) 4004-5034
   Horário de atendimento: de seg. a sáb., das 8 às 20 horas.

2. **WhatsApp:** (21) 97142-5091
   (Clique aqui para enviar uma mensagem)

3. **E-mail:** rj.senac.br/faleconosco/

Se preferir, entre em contato com a Unidade que desejar ou encontre a mais próxima de você no nosso site:

https://www.rj.senac.br/unidades

Para mais detalhes sobre este curso e para conhecer todos os cursos do Senac RJ Beleza e Bem-estar, acesse:

https://www.rj.senac.br/cursos/beleza-e-bem-estar



www.rj.senac.br