

**ARCI Educazione Permanente**

## **Corsi di Cultura**

**febbraio - marzo - aprile 2025**

**presso Arci Treviso, via Bolzano 3; tel 0422 410590, mail: [treviso@arci.it](mailto:treviso@arci.it); da lunedì a venerdì, ore 9.00-12.30 e 15.00-19.00.**

## **Massaggio Total Body Svedese**

**6 incontri / 15 ore**

**Emanuele Livotto**

Conosciuto come "Massaggio Classico", rappresenta le fondamenta del massaggio occidentale odierno. La sua azione mira a rilassare, a decontrarre e a defaticare la muscolatura ed è studiato per portare benessere.

Abbigliamento richiesto: costume da bagno, 1 telo mare, 2 asciugamani da bagno, ciabatte.

A seguire, a inizio aprile, un corso di Massaggio Cervicale.

- 1** Preparazione dell'operatore.
- 2** L'importanza della respirazione.
- 3** Il massaggio alla schiena, alla parte cervicale, alle braccia, alle gambe e al piede.

**Inizio:** mercoledì 19 febbraio..

**Frequenza:** il mercoledì, ore 20.00–22.30, una volta alla settimana.

**Costo:** € 125 comprensivo di dispensa e tessera Arci 2025 (ridotto € 120).