



CURSO

MASSAGEM RELAXANTE

Bem-estar que transforma.
Alívio para o corpo, equilíbrio para a mente.

CURSO GRATUITO

OBJETIVO

Fazer massagem relaxante para aliviar dores, tensões e melhorar a circulação sanguínea de clientes, ajudando na desintoxicação do organismo e melhora na qualidade de vida.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Aplicar diferentes tipos de manobras da massagem relaxante, como deslizamento, fricção, compressão, pincimento, rolamento, percussão, vibração e amassamento.
- Avaliar clientes e realizar a massagem de acordo com suas necessidades.
- Usar ativos cosméticos, sabendo os benefícios, aplicações e contra-indicações.
- Princípios fisiológicos relacionados a tecidos e músculos.
- Organizar o ambiente de trabalho, seguindo as normas de biossegurança.

REQUISITOS

- ✓ 3º ano do Ensino Médio ou concluído
- ✓ ser maior de 18 anos.

LOCAL:
FESC Campus 1 -
Rua São Sebastião, 2828 - Vila Nery

MATRÍCULAS
a partir de **29/5**

DIA(S) DA SEMANA: SEG, QUA, SEX

DATA DE INÍCIO: 17/06

HORÁRIO: DAS 13H30 AS 17H30

CARGA HORÁRIA: 36 HORAS

FESC Fundação Educacional São Carlos

Senac

CIDADE DE SÃO CARLOS

A Fundação Educacional São Carlos (FESC), em parceria com o SENAC, abriu as inscrições para o curso gratuito de Massagem Relaxante, voltado a quem deseja ampliar seus conhecimentos na área de bem-estar e qualidade de vida. O programa tem como objetivo capacitar os participantes para aplicar técnicas que contribuem no alívio de dores, tensões musculares e na melhora da circulação sanguínea, promovendo benefícios tanto para o corpo quanto para a mente.

Ao longo da formação, os alunos terão acesso à conteúdos teóricos e práticos, explorando diferentes manobras da massagem relaxante. Além disso, serão abordados temas essenciais como avaliação do cliente, uso de ativos cosméticos, princípios fisiológicos relacionados a tecidos e músculos, organização do ambiente de trabalho e normas de biossegurança.

O curso será realizado no Campus 1 da FESC, localizado na Rua São Sebastião, 2828, Vila Nery. As aulas acontecerão às segundas, quartas e sextas-feiras, das 13h30 às 17h30, com início em 17 de junho e carga horária total de 36 horas. Para participar, é necessário ter 18 anos ou mais e estar cursando o 3º ano do Ensino Médio ou já ter concluído.

(29/05/2026)