

# REFLEKSOTERAPIJA

推拿

**KITAJSKI STIL**

**LJUBLJANA,  
28. – 29. november 2020**



## Kaj je refleksoterapija

Refleksoterapija (tudi refleksologija oz. refleksna masaža stopal) je **tehnika naravnega zdravljenja in sproščanja celega telesa**, kjer s pritiskanjem in masiranjem refleksnih področij na stopalih vplivamo na sproščanje in ravnovesje celotnega telesa.

## Zgodovina refleksoterapije



lji na njenem pojmovanju zdravja in bolezni.

Obdelava oz. masaža stopal se je uporabljala že pred več tisočletji na Kitajskem, v Indiji in Egiptu, vendar se je samo na **Kitajskem razvila v masažno tehniko, imenovano refleksoterapija**. Ta je **del kitajske tradicionalne medicine**, saj teme-

## Učinkovitost in uporaba

Refleksoterapija vzpodbuja **krvni obtok in endokrini sistem** ter aktivira ali umiri **organske funkcije**.

Učinkovita je predvsem **pri težavah stopal in nog**, pri prebavnih in menstrualnih motnjah, pri stresu, glavobolih in pri **sproščanju celotnega telesa**, kar je pri današnjem načinu življenja še posebej pomembno.

Velika uporabnost refleksoterapije se kaže tudi v tem, da jo lahko uporabljamo na sebi, kadarkoli in kjerkoli, saj ne potrebujemo nobenih priprav. Preprosto se usedemo na stol ali na tla, si približamo stopalo ter se začnemo samomasirati.

## Vsebina tečaja

### 1. Teoretični del (20 %):

- uvod v refleksoterapijo,
- teorija jin-jang,
- teorija petih elementov,
- koncept energije či,
- anatomija stopala,
- refleksne cone na stopalih,
- akupresurne točke stopal.

### 2. Praktični del (80 %):

- masažne tehnike stopala,
- masažne tehnike palcev nog,
- izvajanje celotne masaže stopala,
- individualni pristop.



Udeleženci tečaja se med seboj izmenjujejo, tako da je vsak udeleženec v vlogi stranke in vlogi terapevta.

## Certifikat in vpis v register



Ob koncu tečaja prejmete **certifikat** o pridobljenem znanju.

Vsi udeleženci ste vpisani v interni **register izvajalcev refleksoterapije – kitajski stil**.

## Predavatelj na tečaju



Ivan Založnik, dipl. fizioterapevt, refleksoterapevt in tuinolog, član komisij za NPK maser in NPK refleksoterapevt. Ima zasebno ordinacijo v Ljubljani.

V Higeji že vrsto let vodi masažne in terapevtske tečaje. Njegova področja so zlasti refleksoterapija (zahodni in kitajski stil), manualna limfna drenaža in kitajska masaža Tuina.

## Datum in kraj tečaja

Tečaj bo potekal v **1 modulu (1 vikend)**:

- v soboto, 28. novembra 2020 od 9. do 18. ure,
- v nedeljo, 29. novembra 2020 od 9. do 18. ure.

Pozor, to je **edini termin** v tem šolskem letu! Spomladanskega termina ne bo.

Za tečajnike organiziramo **samostojne in neobvezne vaje** vsako sredo med 12. in 18.30 uro od udeležbe na tečaju naprej.

Tečaj in vaje bodo potekali v **naših učilnicah na Ptujski ulici 19 v Ljubljani** (Bežigrad, srednji vhod).



Pred stavbo je dovolj brezplačnih parkirnih mest. Opis poti z avtomobilom in avtobusom iz različnih smeri si oglejte na [www.higeja.si](http://www.higeja.si) v rubriki **Ostalo, Kako do nas**.

## Oprema na tečaju

Na tečaj pridite v udobni obleki ali trenirki, s seboj prinesite natikače, rjuho, 2 veliki brisači, zvezek, svinčnik in malico.

Med odmori vam bodo na voljo sveže sadje in prigrizki, v pritličju stavbe je tudi avtomat.

## Tečaj po ugodni ceni

Higeja

Tečaj refleksoterapije - kitajski stil znaša **195 €**.

REFLEKSOTERAPIJA  
KITAJSKI STIL

*Kitajski stil*

V ceno so všteti:

- prijavnina,
- učbenik,
- delovni material,
- certifikat,
- sveže sadje in prigrizki ter
- 22 % DDV.

Udeleženci tečaja imate **do 30 € popusta** ob nakupu vrhunskih masažnih miz Higeja.

Tečaj, plačan v celoti ali delno, je lahko tudi lepo darilo. Razveselite svoje bližnje!



## Način plačevanja tečaja

### 1. PRIJAVNINA

Ker je število udeležencev omejeno, upoštevamo prijavo na tečaj šele takrat, ko vplačate **prijavnino**. S tem **rezervirate svoje mesto** na tečaju.

Prijavnino je treba poravnati **do roka prijave oz. do zasedbe mest**. *Pred vplačilom nas obvezno pokličite, da preverimo, če je še kakšno prosto mesto!*

**Prijavnine ne vračamo**. Če se izbranega tečaja ne morete udeležiti, lahko vplačani znesek uporabite **kadar koli za kateri koli tečaj**, če nas o neudeležbi **pisno** obvestite vsaj 3 dni pred začetkom tečaja, v primeru bolezni (dokazovati z zdravniškim potrdilom!) pa najpozneje 1 dan pred začetkom tečaja.

**Prijavnina znaša 100 €** in se poravna na transakcijski račun podjetja Higeja d.o.o., Ptujška 19, 1000 Ljubljana, št. 03135 – 1000024735, sklic na številko 00 15. Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj.



## 2. KONČNO PLAČILO



Po vplačilu prijavnine preostali znesek poravnajte na transakcijski račun Higeje **do začetka tečaja**. Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj.

Možno je tudi gotovinsko plačilo ob prihodu na tečaj.

### Zakaj se udeležiti tečaja? Ker ...

1. smo **vodilni** na tem področju ter imamo **traditijo, znanje in izkušnje**;
2. smo **registrirani izvajalec za NPK maser in NPK refleksoterapevt z uradnim pooblastilom** Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti;
3. refleksoterapija po kitajsko je lahko osnovna ali dopolnilna masaža, zato je primerna tako za **začetnike** kot za **izkušene maserje**;
4. refleksoterapevtom bo pridobitev znanja na tečaju omogočila ponuditi svojim strankam bolj pestro in celovito refleksoterapijo;
5. dobite **odlično delovno gradivo**;
6. vodi tečaj **Ivan Založnik**, ki se kot predavatelj odlikuje zlasti zaradi izredne natančnosti, potrpežljivosti in strokovnosti;
7. skrbimo za vas tudi po koncu tečaja, saj sta vam na voljo **pomoč strokovnjakov in neomejena vadba** v naših prostorih ob uporabi naših masažnih miz, olj, brisač ipd. – vse brezplačno;
8. imate ob nakupu vrhunskih masažnih miz Higeja **do 30 € popusta**.



### Postopek in rok prijave na tečaj

Če se za tečaj odločite, **izpolnite prijavnico**, nam jo pošljite in **vplačajte prijavnino**.

Prijavnico lahko izpolnite tudi na spletni strani **www.higeja.si** v rubriki **Tečaj refleksoterapije – kitajski stil** in nam jo izpolnjeno pošljete na **info@higeja.si**.

**Rok prijave na tečaj je 26. november 2020.**



## Kontakti

Sedež in pisarna Higeje:  
**PTUJSKA ULICA 19, LJUBLJANA**

Tečaj refleksoterapije – kitajski stil izvajamo:  
**v naših učilnicah na Ptujski 19 v Ljubljani.**

Telefon: **01 / 54 63 201**  
GSM: **041 / 540 942**

E-pošta za informacije in vpis:  
**info@higeja.si**

Transakcijski račun pri SKB banki:  
**03135-1000024735**

**WWW.HIGEJA.SI**



[www.facebook.com/higeja](http://www.facebook.com/higeja)

*Veselimo se srečanja z vami!*

### Pred besedo je bil dotik.

