

## Massagetherapeut: geef mensen een moment van rust

Het leven wordt steeds drukker en drukker. Werk, hobby's, kinderen, huishouden, ... nemen de nodige stress met zich mee. Rustmomenten zijn uiterst belangrijk om een goede gezondheid te behouden, zowel op fysiek als mentaal vlak. Een ontspannende massage kan hiertoe een belangrijke bijdrage leveren. Naast het reduceren van stress heeft een massage nog tal van voordelen. Zo komen vastzittende spieren los, versterkt het immuunsysteem, verbetert de doorbloeding enzovoort.

Steeds meer mensen beschouwen een massage niet meer als luxe, maar een behoefte om tot rust te komen. Als massagetherapeut ben je in staat om je klanten hierin te ondersteunen. Na de opleiding ben je immers in staat om een volledige ontspannende lichaamsmassage te geven.

Na het vervolledigen van de opleiding kan je starten als massagetherapeut. Werken in massagepraktijken, hotels, wellnesscentra of als zelfstandige beginnen. Alles is mogelijk na het behalen van het certificaat. Daarnaast kan je je ook aansluiten bij de Belgische Massage Federatie.

### Methodiek

Dit is een praktische training over 7 avonden. Na een reis van 2 avonden doorheen de anatomie van het menselijk lichaam volgt het praktisch gedeelte, waarin alle kneepjes van het vak worden aangeleerd om een goede ontspannende massage te geven. In het theoretische gedeelte wordt er ingegaan op de spieren, botten, bewegingen, ... in ons lichaam. De volgende 5 praktische lessen worden gebruikt om de massagetechnieken aan te leren, zodat de cursist in staat is om zelfstandig een ontspanningsmassage te geven. Aan de deelnemers wordt gevraagd om een grote handdoek mee te brengen en gemakkelijk zittende kledij aan te trekken.

Doelgroep: iedereen die interesse heeft om een ontspannende massage te geven.

[Ja, ik schrijf in!](#)  
[€360p.p.](#)

### Over Bjorn Rondags.

Wanneer ik mensen masseer, is mijn doel om ze op een betere manier naar buiten te laten stappen dan dat ze binnenkwamen. Door hen een ontspannend moment te geven, pijn te verlichten, vastzittende spieren weg te werken, ... werk je mee aan de gezondheid van andere mensen.

 **PRAKTIJK RONDAGS**  
ERGOTHERAPIE, MASSAGE & COACHING



Ik ben van opleiding ergotherapeut. Binnen deze sector ben ik ook tewerkgesteld in het buitengewoon lager onderwijs. Daarnaast volgde ik diverse massageopleidingen bij verschillende centra. Sinds 2018 begeleid ik sporters en niet – sporters met massages in mijn eigen praktijk. Voorbereiden op (sport)activiteiten, verhelpen van lichamelijke klachten en zorgen voor momenten van rust zijn mijn voornaamste doelstellingen. Daarnaast ben ik verbonden aan het Martin's Hotel in Bilzen, waar ik regelmatig massages uitvoer.

[www.praktijkondags.be](http://www.praktijkondags.be)

[info@praktijkondags.be](mailto:info@praktijkondags.be)