



NOMBRE DEL TALLER: REFLOXOLOGÍA PODAL	
HORARIO: * Jueves de 17:45 a 19:45 h	NIVEL: Iniciación
LUGAR DE REALIZACIÓN: C.C. PILAR MIRÓ	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: <ul style="list-style-type: none">- El objetivo del taller es conocer la reflexología podal, como técnica terapéutica basada en la estimulación de puntos sobre los pies, denominados zonas reflejas. Esta técnica se envuelve en la aplicación de un masaje manual por presión en áreas reflejas de los pies para producir efectos específicos en otras partes del cuerpo.	
METODOLOGÍA: El aprendizaje práctico es la mejor forma de “aprender desde la reflexión sobre el hacer”. La clase se dividirá en dos tiempos: (es más agradable y más ameno). <ul style="list-style-type: none">- PRIMER TIEMPO: es reflexión y equilibrio nuestro. Conocimiento de las partes del cuerpo y breve anatomía. Parte más teórica.- SEGUNDO TIEMPO: es terapia manual, parte práctica, experimentaremos lo que nos proporciona tanto recibir como dar masajes.	
¿QUÉ VAMOS A APRENDER/MEJORAR?: <ul style="list-style-type: none">- Sabemos que los pies son los pilares desde donde nos sujetamos. Es por ese motivo, que este tipo de tratamiento tiene su parte fuerte en este punto. Aprenderemos el mapa de los pies y conoceremos los órganos sobre los que trabajamos, de modo de poder guiar los movimientos con los que se lleva a cabo la presión. Es una técnica relajante que es capaz de aliviar el estrés, como también otros tipos de malestares y dolores.	
INDUMENTARIA PROPUESTA: <ul style="list-style-type: none">- Ropa cómoda y calcetines gruesos para caminar descalzos. Pudiéndose cambiar de ropa en el mismo lugar, disponemos de vestuarios para el uso de los/as alumnos/as.	
MATERIAL QUE SE PUEDE NECESITAR DURANTE EL CURSO: <ul style="list-style-type: none">- Aceite sólido, toallas para cubrirse los pies, por lo menos 2 unidades tamaño lavabo, gel desinfectante y aceite esencial del árbol de té.	
MATERIAL QUE EL CENTRO DEBE PROPORCIONAR: <ul style="list-style-type: none">- Camillas.- Sillas o taburetes con ruedas para el alumno/a.- Gel desinfectante, aceite base, aromas esenciales, (para la técnico).- Rollo de papel continuo para camillas, papel seca-manos, sabanas desechables para la higiene de cada camilla, lámpara de sal para armonizar el ambiente, proyector, equipo de música, alfombrillas, carrito para proporcionar los productos de uso y así una mayor comodidad para la técnico.	

NOTA IMPORTANTE: El taller de Reflexología Podal será impartido en II Niveles.

- **PRIMER NIVEL:** Totalmente Práctico. Aprenderemos la estructura del cuerpo y como se refleja en los pies.
- **SEGUNDO NIVEL:** Aprenderemos a realizar diagnóstico y estudiaremos como se comunica el pie.



**Ayuntamiento
de Arganda del Rey**