**研習會講義**

一研習會簡介：

網路學習的潮流與方便，讓大家在家就能學到很多生活常識，經絡推拿按摩教學影片提供大家，從經絡認識自我健康的途徑，包括：經絡推拿按摩的手法、程序、姿式、注意事項，網路影片都可以清楚的具體呈現。

但是會意感受的部份，如：力道的拿捏、觸探的感覺、痠痛的分辨、位置的精準、手法的取捨、姿式的變換…屬心靈感受的領域，還是以現場講解互動較能體會。所以我們舉辦經絡推拿按摩研習會，現場直接的解說與互動，讓大家能夠確實體驗經絡推拿按摩的真諦。

內容包括：

如何從經絡推拿按摩認識自己的健康

如何透過經絡推拿按摩增進自己的健康

經絡推拿按摩在生活上的應用

如何從網路教學影片學習經絡推拿按摩

如何快速正確學會經絡推拿按摩

經絡推拿按摩常見的問題Q&A…（現場可以提問互動）

都是研習會的重要內容，歡迎大湧躍報名參加，祝大家身心愉快!

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）

二經絡推拿按摩研習會概要：

1 如何從經絡推拿按摩認識自己的健康

2如何透過經絡推拿按摩增進自己的健康

3經絡推拿按摩在生活上的應用

4學習經絡推拿按摩的幾個過程，個人要具備的學習條件

5經絡推拿按摩要怎麼練習才能快速上手

6如何從網路教學影片學習經絡推拿按摩

7推拿館提拱那些學習資源，要用到那些工具及工具的來源

8 經絡推拿按摩課程要學多久才學的會

9那些部位、手法、或問題是您學習的目標

10經絡推拿按摩實務練習注意事項，各種經絡推拿按摩問題Q&A

三研習會課程大剛

1認識經絡推拿按摩與健康的關係：

1-1經絡推拿按摩的歷史淵源

1-1-1黃帝內經的歷史淵源

1-1-2現代神經解剖學的比較

1-1-3經絡學與運動力學的應用

1-2經絡推拿按摩的意義

1-2-1幫助經絡循環快速舒壓解勞

1-2-2彌補醫藥的不足

1-2-3醫療與保健的區別

1-3經絡推拿按摩的優點：

1-3-1快速了解經絡健康情形

1-3-2加快勞（運） 動後的乳酸排除

1-4經絡循環障礙的徵兆

1-4-1肌肉僵硬

1-4-2疲憊不堪

1-4-3力不從心

1-4-4飲食無味

1-4-5失眠睡不好

1-4-6醫藥不濟

1-4-7其它（局部功能失常）

1-5從經絡循環障礙認識自己的健康

1-5-1從身體表徵認識自己的健康

1-5-2從神色差異認識自己的健康

1-5-3從晶結觸摸認識自己的健康

1-5-4從生活習慣認識自己的健康

1-5-5從肌肉僵硬認識自己的健康

1-5-6其它因素的問題

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）

2如何透過經絡推拿按摩增進自己的健康

2-1定期做經絡推拿按摩的意義

2-2確定師傅了解經絡推拿按摩，並能給您適當的幫助

2-3自己保持正常的生活習慣（是什麼消耗了我的精力）

2-4養成正確的暖身運動習慣（暖身運動的定義與項目）

2-5分享：人生中身體健康的轉機（新手媽媽的經驗談）

3經絡推拿按摩在生活上的應用

3-1經絡推拿按摩在居家的應用（親子互動、夫妻恩愛、長輩照顧、敦親睦鄰…）

3-2經絡推拿按摩在工作職場上的應用（增進人際關係的媒介）

3-3經絡推拿按摩在民俗療法專業領域的應用（柯師兄的經驗談）

4學習經絡推拿按摩的幾個過程，個人要具備的學習條件

4-1學習經絡推拿按摩的過程

4-1-1認識經絡推拿按摩

4-1-2培養個人興趣

4-1-3培訓個人第二專長

4-2學習經絡推拿按摩的個人條件

4-2-1個人身高體重條件

4-2-2個人興趣問題

4-2-3個人手感靈巧問題

4-2-4個人學習環境問題

4-2-5個人身體健康問題

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）

5經絡推拿按摩要怎麼練習才能快速上手

5-1認識實務練習的重要（公認學習游泳的最好方法就是…）

5-2熟暗經絡學理與運動力學的應用（蔡先生的推拿過程）

5-3勤練基礎手法（工欲善其事必先利其器）

5-4善用學習環境（網路知識資源、居家練習資源）

5-5參與同儕的討論切磋（研究團隊的優勢）

5-6爭取實習的機會（實戰演習的意義）

6如何從網路教學影片學習經絡推拿按摩

6-1善用網路學習優勢（沒有時間、場地的限制）

6-2方便搜集學習資源（有基礎經驗者才有意義）

6-3經驗交流園地（學員專區籌劃中）

7推拿館提拱那些學習資源，要用到那些工具及工具的來源

7-1網路免費經絡推拿按摩手法示範影片

7-2網路免費經絡推拿按摩教學短片

7-3網路付費經絡推拿按摩教學影片全集

7-4現場經絡推拿按摩研習會（簡介示範交流）

7-5經絡推拿按摩教學短期課程（培養個人興趣、訓練第二專長）

7-6經絡推拿按摩實務教學實習（在推拿館跟著老師、師傅實際觀摩練習）

7-7經絡推拿按摩現場個別指導（方便個人學習需要）

7-8經絡推拿按摩的工具：推拿床、不織布床巾、枕頭…等在美容、中醫器材行都有出售

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）

8 經絡推拿按摩課程要學多久才學的會

8-1經絡推拿按摩常用手法示範演練：十種手法

推法、拿法、按法、壓法、摩法、揉法、撥法、拍法、搥法、扳法

8-2常見局部經絡推拿按摩示範演練：（約50個部位）

8-2-1臉部前額頭頂的經絡按摩示範演練

8-2-2臉部眼睛週邊的經絡按摩示範演練

8-2-3頭部枕骨下緣的經絡按摩示範演練

8-2-4肩頸部位的經絡按摩示範演練

8-2-5肘關節兩手無力的經絡按摩示範演練

8-2-6腕關節媽媽手的經絡按摩示範演練

8-2-7腰、臀部的經絡推拿示範演練

8-2-8膝關節兩腳無力的經絡推拿示範演練

8-2-9髁關節腳底經絡按摩示範演練

8-2-10上胸腔胸悶的經絡推拿示範演練

8-2-11上腹腔消化與脹氣的經絡推拿示範演練

8-2-12腹腔排泄與其它問題的經絡推拿示範演練

8-3十二經絡的推拿按摩示範演練：

8-3-1肝經的推拿按摩示範（點選說明34）

8-3-2膽經的推拿按摩示範（點選說明35）

8-3-3脾經的推拿按摩示範（點選說明36）

8-3-4胃經的推拿按摩示範（點選說明37）

8-3-5腎經的推拿按摩示範（點選說明38）

8-3-6膀胱經的推拿按摩示範（點選說明39）

8-3-7心經的推拿按摩示範 （點選說明40）

8-3-8小腸經的推拿按摩示範（點選說明41）

8-3-9肺經的推拿按摩示範 （點選說明42）

8-3-10大腸經的推拿按摩示範（點選說明43）

8-3-11心包經的推拿按摩示範（點選說明44）

8-3-12三焦經的推拿按摩示範（點選說明45）

8-4全身保健經絡按摩示範演練

8-4-1後頭部經絡按摩示範演練

8-4-2肩頸部經絡按摩示範演練

8-4-3後背部經絡按摩示範演練

8-4-4腰臀部經絡按摩示範演練

8-4-5兩腳後側的經絡按摩示範演練

8-4-6足部腳底經絡按摩示範演練

8-4-7臉部經絡按摩示範演練

8-4-8上肢兩手的經絡按摩示範演練

8-4-9前側胸腔的經絡推拿示範演練

8-4-10前側腹腔的經絡推拿示範演練

8-4-11兩腳前側的經絡推拿示範演練

8-4-12收工動作

8-5全身調理整復經絡推拿按摩示範演練：10種經絡對應關係的調理整復參考原理

8-5-1經絡穴位對應現象 （點選說明47）

8-5-2經絡推拿與運動力學平衡的關係 （點選說明48）

8-5-3生理全息律的應用（點選說明49）

8-5-4腳底按摩與經絡推拿的關係（點選說明50）

8-5-5先天體質與經絡推拿的關係 （點選說明51）

8-5-6生活作息與經絡推拿的關係 （點選說明52）

8-5-7飲食習慣與經絡推拿的關係 （點選說明53）

8-5-8陳年舊傷與經絡推拿的關係 （點選說明54）

8-5-9運動健身與經絡推拿的關係 （點選說明55）

8-5-10其它 （點選說明56）

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）

9那些部位、手法、或問題是您學習的目標

每個人想學經絡推拿按摩的目標或目的不盡相同，您可以在各個互動時段提出來討論。

10經絡推拿按摩實務練習注意事項，各種經絡推拿按摩經驗交流、問題Q&A

10-1經絡推拿、按摩不具醫療效果，有病還是請看醫生才是正確的選擇，不必也不可越俎代庖，為客人論病。

10-2身體虛老、幼童、術後、精神異常或有隱疾者…不適合大力推拿，如有需要抒解身體的不舒適，務必請家屬在場陪同，以利即時溝通。

10-3推拿原則：力道，控制在沒有抵抗之下，方向，避開直接對骨頭，技巧，準點之外加點微調，順序，先解酸再解痛。

10-4穩定作業態度 ：不受情緒干擾，不輕浮不慌亂，少閒聊多拘謹

10-5痛則 ：1 力道減輕 2 陰陽手 3 改變手法 4快速移位 5擴大接觸面積 6解對應點

（中端 遠端 及對應經絡） 7做搖扳、牽拉等被動運動

10-6雙手並非萬能（推拿不易做到的問題），元氣不足、器官老化退化、組織複雜不易摸清、手法不夠巧妙、病邪過強（中毒或癌症）、中邪思想偏差、其它

10-7注意自身的磁場健康、避開對方敏感部位、留心脆弱地方、不違反醫療行為。

10-8各種經絡推拿按摩經驗交流、問題Q&A（會場討論）

10-9經絡推拿按摩保證學會、證照、輔導就業問題（會場討論）

**三研習會報名辦法：**

1上課日期：2015年6月6日

2上課時間：早上9～12，下午2～5

3上課地點：台北市羅斯福路二段44號4樓之2

4報名辦法：上課現場、電話預約、網路報名均可

（名額有限請早預約報名，已繳費者優先入場）

5報名費用：新台幣500元（會員另有優惠）

付款方式：現場繳費或銀行匯款

匯款銀行：安泰銀行 南門分行(銀行代碼816)

銀行帳號：03322014179000

受款人：葉富源

服務電話：02-2394-9918

電子信箱：yehfuyuan@tui-na.com.tw

（如需「課程講義」請到店面索取或用電子郵件索取）聯絡我們：02-2394-9918 E-mail： [yehfuyuan@tui-na.com.tw](mailto:yehfuyuan@tui-na.com.tw) 或（點選連結：研習會報名辦法）