**經絡推拿按摩教學課程講義**

經絡推拿按摩教學課程簡介

網路函授教學確實更方便學習，減少許多現場上課的需要，惟經絡推拿按摩教學，屬於一系列的技巧課程，包括手法技巧的練習、對客人痠痛感受的理解，這些學識經驗，是無法只憑影片觀賞或研習會就能疊積到足夠的豐富經驗，紙上談兵並不實用。

短期（10週）的經絡推拿按摩課程，由老師講解經絡對應學理的應用，實務上重要經絡穴位的觸探感覺，正確位置的認識與判定。

帶領學員從常用手法開始練習，配合教學影片的觀摩，同學之間的切磋、討論、分享…進而能夠推論客人被推拿過後的大致感覺，體驗經絡對應的意義，確實掌握客人的經絡結構問題。

經絡推拿按摩教學課程內容以實務練習為主，完全可以滿足社會人士，培養個人興趣、進修第二專長之用，我們是一家實際經營經絡推拿按摩的推拿館，如有需要，我們會適當的提供實習、上班或就業的工作機會。

研習會、教學課程、實習課程的關係：

研習會是講解經絡推拿按摩的相關常識，介紹學習過程的參考資料，通常手法示範練習的層級在「知道、會」，是培養個人興趣的入門課程，學習重點在聽老師解說，也是獲得相關知識的第一手完整參考資料。

而教學課程則是指導相關常識的應用，手法練習不能止於「會」，必需到「純熟甚至專精」的階段，才有對親友、客人提供服務的能力，學習重點在練習時從同學身上所獲得的回應。

如果加一段跟著老師實習的工作經驗，從每一個您做過的客人身上所獲得的回應，再參考實習老師的指導，這就是您遇向專業師傅的最後一段過程，這段時間實習老師所教的是，您如何從所有的客人身上累積經驗，做的好不好，學的精不精，全看您和客人之間的敏銳互動，也是您準備獨立面對工作，老師準備退場的時候。

經絡推拿按摩教學課程概要：

第一週：認識經絡對應相關學理，介紹相關學習資料的應用，學習過程的注意事項，痠、痛、癢…各種神經感覺的含義，常用手法以及姿式實務練習，晶結、肌肉軟硬的觸探及比較練習。

第二週：經絡常識、人體結構、全息律之間的關係及應用，心經、小腸經、肺經、大腸經、心包經、三焦經（上肢兩手）六條經絡的推拿按摩練習，介紹幾種體力不足的簡單運動方法。

第三週：經絡推拿按摩的應用，認識經絡循環障礙的徵兆，了解自己的經絡健康情形，肝經、膽經、脾經、胃經、腎經、膀胱經（下肢兩腳）六條經絡的推拿按摩練習，分享暖身運動、氣功運動的一般常識。

第四週：常用手法復習，學員心得報告，認識自己的學習能力，適度調整學習方法，分組討論，學習問題Q&A

第五週：練習從身體表徵認識健康情形，全身整體經絡推拿按摩初體驗，後背膀胱經的推拿概要，頭頸部常用經穴風池、大椎的經絡推拿按摩重點，上背膏盲、心肺俞的經絡推拿按摩重點，肝脾胃中焦的經絡推拿按摩動點，腰部命門區的經絡推拿按摩重點，臀部八髎、髖關節週邊…的經絡推拿按摩重點。

第六週：從生活習慣認識自己的健康，前側上胸腔任脈、心肺經起始點的經絡推拿按摩重點，下胸腔章門、期門等相關經穴的經絡推拿按摩重點，上腹腔中焦區相關經穴的經絡推拿按摩重點，下腹腔下焦相關經穴的經絡推拿按摩重點，側面膽經、肋間肌的經絡推拿按摩重點。

第七週：從神色差異認識自己的健康，後頭頂部、髪際線、枕骨下緣的經絡按摩重點，前額、眼框週邊相關經穴的經絡按摩重點，前側顏面部相關經穴的經絡按摩重點，身體組織結構不平衡的整復經絡推拿按摩重點。

第八週：分享：人生中身體健康的轉機（新手媽媽經驗談），全息律的經驗談，腳底經絡按摩示範練習，腳底反射區按摩與腳底經絡按摩的交互應用，業餘經絡按摩注意事項，分組討論，經絡推拿按摩您學會了多少? 問題Q&A。

第九週：認識全身保健經絡按摩（十二經絡按摩）與一般養生按摩的比較，經絡對應原理的體驗，全身保健經絡按摩整體練習，包括：各部時間分配，起始點的選擇，手法的變換、力道的拿捏，姿式的配合…等。全身保健經絡按摩與全身調理經絡推拿的差異。

第十週：認識全身調理經絡推拿、局部經絡推拿按摩，總復習（保護自己也保護親友、客人的基本原則），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：

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。

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，技術尚未純熟前，應盡量避免為他們服務，如有需要抒解他們身體的不舒適，務必請家屬在場陪同，以利即時溝通，或請師兄、師姐代勞。

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。

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

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

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

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。

8各種經絡推拿按摩經驗交流、問題Q&A（會場討論）

9經絡推拿按摩保證學會、證照、輔導就業問題（會場討論）

進一步學習請連結：常用手法示範影片網頁，推拿按摩教學影片網頁

我現在要報名電話：02-2394-9918