

Die Ausbildung in klassischer Massage vermittelt grundlegende Kenntnisse und Techniken zur Behandlung von Muskelverspannungen, Schmerzen und zur Förderung der Durchblutung. Sie ist eine beliebte Qualifikation im Bereich Wellness, Gesundheit und Therapie.

Inhalte der Ausbildung:

Eine klassische Massage-Ausbildung umfasst typischerweise:

- Anatomie und Physiologie: Grundwissen über Muskeln, Knochen, Gelenke und das Kreislaufsystem.
- Massagetechniken: Streichungen, Knetungen, Reibungen, Klopfungen und Vibrationen.
- Indikationen und Kontraindikationen: Wann eine Massage sinnvoll ist und wann sie vermieden werden sollte.
- Hygiene und Ethik: Richtiger Umgang mit Klienten und Sauberkeit im Praxisumfeld.
- Praxisübungen: Anwendung der Techniken an Übungspartnern unter Anleitung.

Dauer und Abschluss:

Die Dauer variiert je nach Anbieter – von intensiven Wochenendkursen bis hin zu mehrmonatigen Ausbildungen mit Zertifikat. Meist wird am Ende eine praktische und/oder theoretische Prüfung abgelegt.

Berufliche Perspektiven:

Mit der abgeschlossenen Ausbildung können Absolventen:

- in Wellness-Einrichtungen, Massagepraxen, Fitnessstudios oder Hotels arbeiten,
- sich selbstständig machen,
- oder die Ausbildung als Grundlage für weiterführende therapeutische Ausbildungen (z. B. Physiotherapie, Heilpraktiker) nutzen.