



ESCUELA DE MASAJE Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS



natura es uno de los centros de formación más reconocidos a nivel nacional, formando a profesionales dentro y fuera de nuestras fronteras.

Con una trayectoria de **esfuerzo y dedicación** hemos conseguido crear un método de masaje y de docencia que tiene un valor añadido.

Nos preocupamos para que nuestros alumnos salgan con la mejor formación garantizándoles un trabajo con futuro y con unas instalaciones y condiciones inmejorables.

Nuestros alumnos tienen **bolsa de trabajo** en los balnearios más importantes como Marina D'Or. También colaboramos con el C.D. Castellón.

Nuestro centro colabora con **Toni Bové**, el fisioterapeuta del F.C. Barcelona.

Nuestro **material didáctico** es de **EUESPA** (Escuela Europea de formación SPA) y y estamos adjuntos a **COFENAT** (Asociación Profesional de Terapias Naturales) y somos la escuela oficial de Aeroyoga para todo el levante.

Y siempre estamos en continuo esfuerzo para innovar y mejorar en nuestra **área de I+D+I**.

Somos la escuela de **Aeroyoga** oficial para el levante español. Ofrecemos el diploma internacional Yoga Alliance con nuestros cursos.



LA ESCUELA

Modernas y amplias instalaciones, aulas climatizadas, zona de café, Wi-Fi, todo para aprender con nosotros de la forma más cómoda y profesional.

AMPLIOS HORARIOS

Cursos en horario de mañana, tarde y noche.
Nos ajustamos a todo tipo de turnos y horarios.
Tenemos cursos intensivos, en 10 meses o desde casa.

FINANCIACIÓN SIN INTERESES

Así podrás ir pagándolo en cómodas mensualidades sin variación del precio final, o si lo prefieres págalo de una vez.

INCLUYE TODO EL MATERIAL

En el precio de los cursos está incluido todo el material necesario para impartirlos con la máxima calidad.

MODALIDAD

Puedes elegir como deseas hacer tu curso. Tenemos 3 opciones: Presencial, semipresencial y a distancia.

COLABORACIONES PROFESIONALES

Colaboramos con profesionales y empresas de gran reconocimiento nacional e internacional.

DOBLE DIPLOMA

Muchos de nuestros cursos tienen doble formación, ampliamos el material didáctico de los cursos y lo premiamos con otro diploma.

NUEVOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA

Se integran prácticas en la escuela, tutorías, prácticas en casa y eventos deportivos. Además de integrar las nuevas tecnologías para la formación.

ELIGE DÓNDE QUIERES ESTUDIAR

Castellón	Valencia	Lleida
Denia	Madrid	San Sebastián
Gandía	San Fernando	New York



APRENDE COMO QUIERAS

Tenemos el aula virtual más avanzada que puedas imaginar. De esta manera te damos la facilidad de que puedas estudiar desde el dispositivo que prefieras: ordenador, tablet, móvil. ¡Tú decides!

Fórmate con garantía de la mano de los mejores profesionales



QUIROMASAJE

Hoy en día elegir una profesión es muy importante, pero lo más importante es la formación que recibas para llegar a ella.

Por eso en **natura** te ayudamos a conseguirlo, dándote la oportunidad de ser un gran profesional en el sector. Con nuestro curso saldrás con una buena preparación para afrontar tu trabajo con confianza y responsabilidad.



PROGRAMACIÓN

- Cómo montarse un centro de masaje, pautas de decoración y trámites legales a seguir
- Protocolo y gestión de la clientela
- Anatomía
- Higiene postural para la correcta aplicación del masaje
- Masaje antiestrés
- Masaje deportivo
Para antes, durante y después de la competición
- Masaje descontracturante
Cervical, dorsal y lumbar
- Masaje circulatorio
Para piernas cansadas o aplicaciones estéticas
- Estiramientos musculares
- Vendajes y movilizaciones
Para prevenir lesiones en deportistas
- Aplicación de vendas frías
Para tratamientos anticelulíticos
- Masaje facial
- Masaje anticelulítico y reafirmante
Clases teóricas de aplicación de barro
- Introducción a la reflexología podal
Masaje en los puntos reflejos de los pies
- Introducción al shiatsu
Masaje japonés de presiones
- Prácticas voluntarias en eventos deportivos

DOBLE FORMACIÓN, DOBLE DIPLOMA

Con este curso obtendrás el diploma de quiromasaje y el diploma de colaboración en eventos deportivos.

DATOS BÁSICOS

Duración del curso 10 meses

Horario Un día a la semana

Mañanas de 10h a 13h

Tardes de 16h a 19h

Noches de 19h a 22h

PRECIO

Matrícula 200€

Infórmate de promociones

Mensualidad 100€

Consulte otras formas de pago

MATERIAL

- Aula Virtual y libros de EUESPA (Escuela Europea de formación SPA)
- Tutorías ilimitadas
- Toalla grande y pequeña
- Camiseta de la escuela
- Todos los aceites, cremas y vendas que requieran las clases
- Diploma profesional **natura** certificado por COFENAT (Asociación Profesional de Terapias Naturales)



CAMILLA DE REGALO

Camilla plegable con agujero facial

Se entregará al final del curso o tras el pago completo del mismo.



MASAJE DEPORTIVO

El masaje deportivo es una de las técnicas más utilizadas para obtener una rápida recuperación muscular y acelerar ésta tras una lesión. En este curso aprenderás lo necesario para trabajar en un equipo deportivo desde protocolos, antes, durante y después de la competición, hasta el mantenimiento muscular de deportistas en todas las disciplinas.

Como novedad, hemos integrado un **curso de técnicas orientales** aplicadas al deporte, consiguiendo uno de los cursos más completos e innovadores del sector. En natura colaboramos con el Fisioterapeuta de Futbol Club Barcelona Toni Bové y somos los masajistas oficiales del piloto de F1 Roberto Merhi.



PROGRAMACIÓN

- Masaje antes de la competición
- Masaje durante de la competición
- Masaje después de la competición
- Anatomía palpatoria
- Valoración muscular
- Masaje en estiramiento
- Masaje en distintas disciplinas deportivas
- Técnica de masaje en cepillo
- Complementos del masaje
 - Vendajes funcional y estiramientos
- Aplicación de crioterapia
- Movilizaciones articulares
- Aplicación de barro negro
- Técnicas orientales aplicadas al deporte
- Kinesiotaping
- Thai Sport
- Moxibustion
- Digitopuntura deportiva
- Auriculoterapia para deportistas

DOBLE FORMACIÓN, DOBLE DIPLOMA

Con este curso obtendrás el diploma de masajista deportivo y el diploma de técnicas orientales aplicadas al deporte.

DATOS BÁSICOS

Duración del curso 8 meses

Horario

Mañanas de 10h a 13h

Tardes de 16h a 19h

Noches de 19h a 22h

PRECIO

Matrícula 200€

Mensualidad 100€

MATERIAL

- Aula Virtual con vídeos
- Camiseta de la escuela
- Todos los aceites, cremas y vendas que requieran las clases
- Tutorías ilimitadas
- Diploma y carnet profesional **natura** certificado por COFENAT (Asociación Profesional de Terapias Naturales)



BOTIQUÍN DE REGALO



SHIATSU

El shiatsu es un método de digitopresión japonés enriquecido a su vez por las técnicas de acupuntura y de ciencia occidentales como la osteopatía y la quiropráctica. Trata esencialmente de mantener un umbral de salud elevado en el organismo y un estado de vitalidad, impidiendo el bloqueo de la energía. Su nombre significa presión con los dedos.

PROGRAMACIÓN

- Teoría general del shiatsu
- Ejercicios de mantenimiento para el terapeuta
- Shiatsu en tatami
 - Las 3 posturas principales del terapeuta
- Características de la presión del shiatsu
- Modo correcto de presionar
- Normas de presión de los dedos pulgares
- Características de la presión
- Distintos tipos de presiones
- Trastornos en los que no se debe aplicar el shiatsu
- Shiatsu en decúbito prono, supino y lateral



1º CURSO. SHIATSU NIVEL I

Duración del curso 3 meses

Horario Consultar

Matrícula 50€

Mensualidad 100€



MATERIAL

- Libro y vídeos de EUESPA (Escuela Europea de Formación SPA)
- Camiseta de la escuela
- Todos los aceites, cremas y vendas que requieran las clases
- Diploma y carnet profesional **natura**



REFLEXOLOGÍA DE LA MANO Y EL PIE

Se ha demostrado que manipulando ciertas zonas alejadas de nuestro cuerpo se puede influir sobre ciertos órganos. Hace 5000 años ya se encontraron escritos sobre esto en la antigua China y en India.

La reflexología se basa en el conocimiento de la localización de zonas que se manipulan para restaurar las corrientes energéticas linfáticas y sanguíneas, liberando mediante el masaje una serie de impulsos eléctricos que activan y vitalizan el tono de los órganos sobre los que tienen influencia.



PROGRAMACIÓN

- Introducción a la reflexología
- Estudio de las zonas del pie
- Manipulaciones y detalles técnicos
- Movimientos, secuencias, frecuencias e intensidades del masaje
- Indicaciones y contraindicaciones
- Zonas reflejas del pie
- Interpretación de las alteraciones morfológicas del pie
- Repertorio y orden de tratamientos

DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 2 meses

Horario Consultar

Precio matrícula 50€

Mensualidad 140€

MATERIAL

- Manual y vídeos de EUESPA (Escuela Europea de Formación SPA)
- Camiseta de la escuela

AURICULOTERAPIA

Aprende auriculoterapia adaptada al masaje. En este curso aprenderás auriculoterapia para adelgazar, ansiedad, dejar de fumar y relajación general.

La MTC considera que la oreja es un órgano que guarda una estrecha relación con los vasos de distribución y los colaterales de los órganos internos. Esto, junto a la gran cantidad de capilares linfáticos que se distribuyen sobre la aurícula justifica sobradamente tanto las relaciones con las distintas estructuras del cuerpo como los efectos terapéuticos obtenidos.

PROGRAMACIÓN

- Introducción a la auriculoterapia
- Los cinco elementos
- Manipulaciones y detalles técnicos
- Aprendizaje del manejo del material que se utiliza para la auriculoterapia
- El masaje auricular
- Indicaciones y contraindicaciones
- Estudio de los puntos reflejos que ayudan a:
 - Adelgazar
 - Aliviar estrés
 - Dejar de fumar



DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 2 sábados

Horario Consultar

Precio 149€

MATERIAL

- Apuntes de auriculoterapia
- Oreja de caucho
- Palpador de puntos
- Mapa de gran calidad de los puntos de auriculoterapia
- Diploma **natura**

AEROYOGA

Fórmate y vuela profesionalmente. Inscríbete a los cursos Aeroyoga certificados.

Natura se convierte en la escuela oficial de Aeroyoga para todo el Levante español, con cursos dirigidos por el creador del Aeroyoga Rafael Martínez y entrega de diploma válido a nivel internacional. Prepárate con el curso de AeroYoga y AeroPilates de Aeroyoga Institute y conviértete en Profesor Certificado, además de obtener el derecho a utilización de la Marca y desarrollar un nuevo potencial de Negocio.

PROGRAMACIÓN

- El desarrollo de las clases de Aeroyoga, Aeropilates y Fitness aéreo
- Aeroyoga Restaurativo
Posturas con sus beneficios y contraindicaciones
- Aeroyoga Vinyasa Nivel II
Posturas con sus beneficios y contraindicaciones
- Aeroyoga Vinyasa III Acrobatico
- Aeropilates
- Fitness Aéreo
- Técnicas de respiración (Pranayama)
Aplicadas al Aeroyoga y al Aeropilates

www.aeroyogacastellon.com



DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 5 meses

Horario Consultar

Precio matrícula 290€

Mensualidad 260€

MATERIAL

- Columpio oficial y camiseta
- Aula virtual con todos los vídeos del curso
- Diploma internacional **Yoga Alliance**



ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN

Aprende a dirigir entrenamientos personales o en grupo, natura pone a tu disposición formación deportiva de alta calidad dirigida por entrenadores de gran experiencia en el ámbito deportivo profesional.

PROGRAMACIÓN

- Introducción
- Ficha de cliente
- Valoración de objetivos
- Seguridad
- Posiciones en el trabajo en suspensión
- Ejercicios y variantes
- Los tiempos
- Repeticiones
- La respiración
- Técnicas de entrenamientos
- Organización de clases en grupo
- Organización de clases individuales



DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 40 horas

Horario Consultar

A elegir:

Precio único 279€

Precio por seminario 75€

MATERIAL

- Camiseta de la escuela
- Manual
- Diploma **natura**

MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS

El masaje tailandés tradicional abarca miles de técnicas diferentes, pero la esencia es siempre la misma: la relación espiritual de bienestar que se da entre el masajista y el cliente.

El masaje tailandés se realiza aplicando presión en todo el cuerpo de quien lo recibe, y el masajista utiliza el cuerpo para hacer presión.

Este masaje, considerado preventivo, beneficia a todos los que quieren conservar un buen estado de salud y un alto nivel de bienestar por su múltiples beneficios.



PROGRAMACIÓN

- Definición de masaje tailandés
- Estudio del yin y el yan
- Estudio de los meridianos
- Higiene postural para la correcta aplicación del masaje tailandés
- Masaje tradicional tailandés para deportistas
- Masaje tradicional tailandés y sus estiramientos
- Masaje tradicional tailandés para prevenir lesiones
- Repertorio de tratamientos de masaje tradicional tailandés
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje tailandés

DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 3 meses

Horario De 10:00h a 14:00h

Precio matrícula 50€

Mensualidad 100€

MATERIAL

- Manual y vídeos de EUESPA (Escuela Europea de Formación SPA)
- Camiseta de la escuela
- Certificado al finalizar el curso
- Doble diploma, doble formación EUESPA y **natura**

DRENAJE LINFÁTICO

A principios de los años 30, entre 1932 y 1936, el matrimonio danés Emil y Estrid Vodder, trabajando como fisioterapeutas en Cannes, crearon de manera intuitiva la técnica de masaje que hoy conocemos como Drenaje Linfático Manual. Dos tercios de nuestro cuerpo están formados por agua, de ahí que sea fácil comprender la gran movilización de líquidos que tiene lugar en nuestro organismo.

El drenaje linfático es una especialidad de masaje que actúa directamente sobre el sistema linfático, responsable de eliminar toxinas y mantener en forma el sistema inmunitario. Además, hace frente a la celulitis evitando la retención de líquidos.

Aprende esta técnica de masaje estético, cada día más imprescindible, para trabajar en un Spa. Con este curso aprenderás todo lo necesario sobre esta técnica, así como las indicaciones y las contraindicaciones, y a aplicarla en todas las partes del cuerpo de manera efectiva.



DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Duración del curso 3 meses

Horario Consultar

Precio matrícula 50€

Mensualidad 100€

MATERIAL

- Libro teórico-práctico de la escuela
- Todos los aceites, cremas y vendas que requieran las clases
- Camiseta de la escuela

MASAJE A DISTANCIA

En este curso aprenderás todas las técnicas de masaje más demandadas en nuestro sector, disfrutando de un nuevo sistema de enseñanza que combina las ventajas de los cursos presenciales con la de los cursos a distancia. Tendrás un profesor cuando lo necesites y material audiovisual de alta calidad. Aprenderás esta profesión con libertad de horarios y a la velocidad que tú quieras. El tiempo aproximado para el curso de Quiromasaje es entre 5 y 10 de meses de formación, pudiendo acortar o alargar en función de la urgencia, necesidades o tiempo que tengas.



PROGRAMACIÓN

- Historia del masaje
- Protocolo del masajista y fichas de gestión de clientes
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje
- Ejercicios para el quiromasaje
- Manipulaciones del masaje
- Masaje antiestrés
- Masaje deportivo
Masaje antes, durante y después de la competición
- Anatomía
- Masaje descontracturante
Cervical, dorsal y lumbar
- Masaje de espalda
- Masaje pectoral
- Masaje abdominal
- Masaje de pies y manos
- Masaje de piernas decúbito prono y supino
- Masaje facial
- Masaje circulatorio
Para piernas cansadas o aplicaciones estéticas
- Vendajes y movilizaciones
Para prevenir lesiones deportivas
- Vendaje de tobillo para deportistas
Con DVD realizado por Toni Bové, fisioterapeuta del F.C. Barcelona

DOBLE FORMACIÓN, DOBLE DIPLOMA

Diploma y certificado de horas para poder trabajar para empresas como balnearios, gimnasios, spas o en calidad de autónomo.

DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Precio 599€

Posibilidad de financiación

POSIBILIDAD DE CONCERTAR CLASES PRÁCTICAS EN:

Castellón	San Sebastián
Valencia	Lleida
Gandía	San Fernando
Denia	New York
Madrid	

MATERIAL

- Acceso a los vídeos del curso a través del Aula Virtual
- 5 Vídeo-prácticas por Skype
- Maletín del masajista
- Tutorías continuas
- Camiseta de la escuela
- Diploma acreditativo de 120h lectivas



CAMILLA DE REGALO

Camilla plegable con agujero facial



MASAJE EN SILLA “ON SITE”

El masaje en silla es un masaje de relajación y terapéutico, que se realiza con el cliente sentado en una silla ergonómica.

El masaje se realiza con presiones pulgares, presiones palmares, fricciones, incluso con los codos.

Muchas de las técnicas utilizadas provienen del masaje japonés Shiatsu. Este masaje es de los más populares en EE.UU. y cada vez más en nuestro país. La duración del masaje oscila entre los 10 y los 45 minutos y comprende las zonas de la cabeza, nuca, cuello, hombros, cintura, espalda, caderas, brazos y manos.



PROGRAMACIÓN

- Introducción al masaje en silla
- Indicaciones y contraindicaciones
- Técnicas de presión
- Estudio de las posiciones del terapeuta
- Masaje craneal en silla
- Masaje facial en silla
- Masaje en zona cervical
- Masaje en zona dorsal
- Masaje en zona lumbar
- Masaje en brazos y manos
- Masaje en gemelos y cuádriceps
- Movilizaciones en silla
- Estiramientos en silla
- Puntos gatillo
- Técnicas de despedida
- Estudio del protocolo Masaje exprés (10 min.)
- Estudio de protocolo Avanzado (45 min.)

DOBLE FORMACIÓN, DOBLE DIPLOMA

Diploma y certificado de horas para poder trabajar para empresas como balnearios, gimnasios, spas o en calidad de autónomo.

DATOS BÁSICOS Y PRECIO

Precio 150€

Duración 5 horas

MATERIAL

- Manuales y vídeos de EUESPA (Escuela Europea de Formación Spa)
- Certificado al finalizar el curso
- Silla ergonómica

SILLA ERGONÓMICA DE REGALO

Portátil y con funda



QUIROMASAJE INTENSIVO

Este curso te permitirá adquirir todos los conocimientos necesarios para desarrollar esta profesión con total responsabilidad.

El curso de masaje intensivo está complementado con material didáctico de gran calidad gracias a nuestra colaboración con EUESPA, Escuela Europea de Formación Spa.

Aprenderás de forma sencilla a realizar masajes de espalda, piernas, tórax, masaje deportivo, antiestrés, descontracturante y mucho más.



PROGRAMACIÓN

- Introducción al masaje
- Anatomía
- Indicaciones y contraindicaciones del masaje
- Higiene postural para la correcta aplicación del masaje
- Efectos del masaje a nivel cutáneo y subcutáneo
- Masaje antiestrés
- Masaje de espalda
- Masaje pectoral
- Masaje abdominal
- Masaje de pies y manos
- Masaje facial
- Masaje deportivo
Para antes, durante y después de la competición
- Masaje descontracturante
Cervical, dorsal y lumbar
- Masaje circulatorio
Para piernas cansadas o aplicaciones estéticas
- Aplicación de vendas frías
Para tratamientos anticelulíticos

DOBLE FORMACIÓN, DOBLE DIPLOMA

Diploma y certificado de horas para poder trabajar para empresas como balnearios, gimnasios, spas o en calidad de autónomo.

DATOS BÁSICOS

Duración del curso 2 meses

- Bolsa de trabajo en Marina D'Or
- Curso homologado por Cofenat

PRECIO

Matrícula 300€

Mensualidad 300€ en 3 mensualidades

MATERIAL

- Libro teórico-práctico de la escuela
- Toalla grande y pequeña
- Camiseta de la escuela
- 2 DVDs de EUESPA (Escuela Europea de Formación Spa)
- Acceso al aula virtual
- Diploma profesional **natura**



CAMILLA DE REGALO

Camilla plegable con agujero facial



MONOGRÁFICO VENDAJE FUNCIONAL CON TONI BOVÉ

(FISIOTERAPEUTA DEL F.C. BARCELONA)

Como definición, podemos decir que el vendaje funcional es la protección de contención dinámica que utilizando vendas adhesivas extensibles e inextensibles oportunamente combinadas se propone obtener la protección de determinadas estructuras músculo-tendinosas y capsulo-ligamentosas frente a agentes patomecánicos, sin limitar la movilidad articular sobre cualquier plano en que ésta se desarrolle.

Los vendajes funcionales, también llamados de inmovilización parcial, evitan con frecuencia las serias desventajas de aquellos otros de inmovilización total (escayola), ya que estos solamente inmovilizan las direcciones necesarias permitiendo el uso y mantenimiento de la actividad.

¡Aprende el arte de vender!

Fórmate de la mano de los mejores profesionales del sector



DATOS BÁSICOS Y PRECIO —

Duración del curso 7 horas

Precio 180€

- Diploma **natura** firmado por Toni Bové



ÚNICO EN ESPAÑA

MONOGRÁFICOS

Cursos cortos de entre 5 y 15 horas pensados para profesionales del sector que quieran ampliar sus conocimientos en técnicas de gran demanda, sin tener que invertir mucho tiempo ni dinero. En **natura** los monográficos incluyen un dossier de gran calidad elaborado por nuestros profesionales, para que pueda consultar cualquier duda que le surja durante o al finalizar el curso.



SPA

- Chocoterapia 60€
- Vinoterapia 60€
- Fangoterapia 60€
- Antiestrés 75€
- Anticelulítico 75€
- Cosmética natural 149€

TÉCNICAS DEPORTIVAS

- Vendaje funcional con Toni Bové 180€
- Estiramientos 60€
- Kinesiotape 120€
- Masaje para runners 149€

TÉCNICAS ORIENTALES

- Masaje geotermal con piedras volcánicas 90€
- Thai Foot 60€
- Masaje con Pindas 75€
- Shiatsu 180€
- Masaje tailandés 180€
- Lomi lomi hawaiano 60€
- Masaje on site (Con la silla incluida) 150€
- Masaje con cañas de bambú 60€
- Masaje balinés 90€

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- Yoga / Pilates / Aeroyoga / Aeropilates / HIIT / TRX

ESCUELA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

¿Quieres ser monitor/a?

HIIT

AEROYOGA

YOGA

TRX

AEROPILATES

YOGALATES



¡PREGÚNTANOS!



info@naturamasajes.com | Paseo de Morella 44, Castellón | 964 24 82 71