

## TALLER DE MASAJES Y TERAPIAS SOMÁTICAS

Marzo a noviembre, 2021 – En Escuela de Osteopatía - Florida, Zona Norte, Buenos Aires – (Cerca de Estación Juan B. Justo del Tren Retiro-Mitre)



  
CLARIDAD  
MASAJES

# TALLER DE MASAJES Y TERAPIAS SOMÁTICAS

con CLARA WERNICKE

DOCENTES INVITADOS

## **¿Qué ofrece este taller?**

El taller es una formación orientada a personas sin conocimientos, aunque también puede ser tomado por quienes ya hayan empezado un recorrido.

Durante el año pasaremos por las técnicas **masaje californiano 1** (en su aspecto de integración), **masaje californiano 2** (en su aspecto descontracturante), **masaje hawaiano** (esencial para precalentar los tejidos musculares), y **elongaciones en camilla**.

Veremos los ritmos del grupo y si nos queda tiempo nos introduciremos en la técnica **tejido profundo**, que relaja completamente y nos lleva a un trabajo sumamente terapéutico (si no podremos verlo el año próximo), técnica orientada a deportistas o dolores crónicos.

Contaremos con docentes invitados (incluidos en el horario pactado y en el arancel propuesto) de diferentes temáticas, clases de anatomía brindadas por un profesional, clases de conexión con el cuerpo, ponencia sobre qué aceites utilizar sin dañar el medio ambiente y demás sorpresas que irán sucediendo a lo largo del año.

Aprenderemos también a cómo abordar la sesión para que resulte realmente terapéutica, tocando puntos como el "vacío personal", o aprendiendo a hacer preguntas coherentes con el espacio que ofrecemos (no que vayan a la mente, ya que no es un espacio de psicología, sino que vayan al registro del cuerpo).

Tendremos 9 meses para zambullirnos en estos conocimientos, y aprenderemos cada técnica por separado. El taller estará dividido en 4 Niveles, los cuales durarán 2 meses aproximadamente cada uno, y contaremos con un mes final de prácticas y supervisiones.

Todas estas técnicas se entrelazarán y harán una sesión de masajes completa, donde tendremos muchas herramientas para utilizar enfrentándonos a diferentes problemáticas que pueden traernos los/las pacientes.

Aun así, lo más importante serán los pilares desde los cuales trabajaremos, que son el **respeto** al cuerpo del otro, la **amabilidad** transmitida en nuestras manos, la plena **consciencia** de que hay un ser humano en la camilla, la búsqueda constante de la propia **presencia** como terapeutas. La **escucha** constante será algo primordial a desarrollar en cada clase, de la mano del **cuidado** con el que haremos cada movimiento. El cuerpo es nuestro templo y es sagrado, así lo trataremos. El cuerpo como entidad viva, que guarda todas nuestras vivencias y por eso merece **calidad de contacto o tacto consciente**.

A final de año habrá una instancia de examen, luego del último mes dedicado a prácticas y preguntas. El examen constará en dos instancias: 1) Darle un masaje a un/a compañero/a en mi presencia 2) Darme un masaje a mi como profesora. Ambas instancias tienen el objetivo de una devolución constructiva y una mejor calidad de trabajo en el/la terapeuta en masajes.

Las personas que terminen este taller, contando con un 80 % de la presencia a las clases, y aprueben estas instancias, obtendrán el certificado de Terapeuta en masajes y terapias somáticas, donde figurará la cantidad de horas de cursada (90hs), emitido por la Fundación Holismo de educación, salud y acción social, que existe desde 1990 en Buenos Aires.



## MODALIDAD REGULAR

**1 VEZ POR SEMANA (DÍA A DEFINIR)**  
**DE MAÑANA: 9:00 HS A 11:30HS**  
**DE TARDE: 18:00 HS A 20:30HS**



## MODALIDAD INTENSIVA

**1 FIN DE SEMANA POR MES**  
**SÁBADO Y DOMINGO 5 HORAS CADA DÍA**



**DURACIÓN** 9 meses

Marzo 2021- Noviembre 2021

## INSCRIPCIONES FEBRERO 2021

CUPO MÁXIMO 12 PERSONAS

CON CERTIFICADO DE LA FUNDACIÓN HOLISMO  
DE EDUCACIÓN, SALUD Y ACCIÓN SOCIAL  
90 hs de cursada



**Fundación Holismo**  
de Educación, Salud y Acción Social  
Desde 1990 en Buenos Aires, Argentina



## Aranceles y Modalidades

El taller propone 10 horas por mes, ya sea regular o intensivo.

El arancel de ambas modalidades es el mismo y es de **\$5000 mensuales** de marzo a junio y de **\$6000** de julio a noviembre. El examen tendrá un valor total de **\$2000** (horario pactado con cada uno/a por fuera del horario de clases).

### **Modalidad Regular**

2 horas y media por semana

Turno mañana:

MARTES DE 9:00 A 11.30HS

Turno tarde:

MIÉRCOLES DE 18:00 A 20:30HS

### **Modalidad Intensiva**

10 horas en un fin de semana, 5 horas sábado + 5 horas domingo

PRIMER FIN DE SEMANA DE CADA MES

\*La apertura de los horarios propuestos estará sujeta a la cantidad de inscriptos/as.

\*Si tenés inconvenientes con el arancel, por favor comunicate conmigo y juntos/as encontraremos un acuerdo que nos sirva a ambos. ¡No te quedes sin venir!

## Inscripción

La inscripción será del 1 al 28 de febrero.

Reserva de vacante: **\$1000**

Datos para transferencia bancaria:

BANCO PATAGONIA

Clara Florencia Wernicke

Alias: REAL.BRASIL.ROSTRO

Cbu: 0340302808302001358017

Cuenta: CA \$ 302-302001358-001

Cuil: 27366442966

## Plan de estudios

Comenzaremos cada encuentro con distintas aproximaciones a nuestro cuerpo.

La dinámica de las clases constará de una muestra de los nuevos movimientos a aprender, y luego en parejas se practicará en camilla. Todas las clases recibirás y darás masajes.

Se enviará el **listado de movimientos** vistos en cada clase (plan de estudios en detalle).

En todos los niveles desarrollados a continuación abarcaremos todo el cuerpo.

#### **NIVEL 1**

##### **CALIFORNIANO INTEGRADOR**

Temas base: Movimientos largos en prono (boca abajo) y supino (boca arriba), Calidad de Contacto, Posturas del Terapeuta, Auto-cuidado y Auto-Elongación de manos y antebrazos post masaje. Práctica de fluidez y escucha. Primeros contactos.

#### **NIVEL 2**

**CALIFORNIANO DESCONTRACTURANTE.** Entrando en detalle, movimientos más complejos sobre las cadenas musculares. Amasados, extensiones, deslizamientos, etc.

#### **NIVEL 3**

**MASAJE HAWAIANO** (También llamado "Lomi Lomi"). Masaje con antebrazos y nudillos en diferentes zonas del cuerpo. Dar calor a los tejidos. Pre calentamiento. Bajar de la mente.

#### **NIVEL 4**

**ELONGACIONES EN CAMILLA O YOGA ASISTIDO** – Aperturas (por ejemplo de pecho) – Flexiones – Torsiones – Movimientos realizados por el terapeuta desde arriba de la camilla – Deslizamientos del paciente.

#### **NIVEL 5**

**TEJIDO PROFUNDO** – TÉCNICA CLAVE PARA PROFUNDIZAR / TÉCNICA PARA DEPORTISTAS - Trabajo con codos y antebrazos – Desbloques – Presiones sostenidas – Detenciones en tensión.

### **BIO Clara Wernicke**

Soy Clara y me formé durante tres años en **Oasis, escuela de masajes y artes curativas**, la cual respeto profundamente, así como a los maestros que tuve en mi recorrido Roger Jackson, Yamuna Mac Namara, Patricia Bausano, Ingrid May, Sebastián Cillo, entre otros/as, a quienes honro y agradezco.

En esta escuela realicé una formación muy completa que me dio la base para comenzar a crear mi propio espacio de trabajo, el cual comenzó en 2016.

Además de formarme en masajes, estudié durante un año Osteopatía, también me recibí de profesora de Hatha Yoga en la escuela Avalom, y me formé en algunas áreas artísticas, como danzas y música, entre otras.

Hoy en día me encuentro muy abocada a dar sesiones, y es la experiencia mi mayor maestra y desde la cual voy a compartir este taller.

Es el trabajo en consultorio propio el que tiene el aspecto terapéutico que en los demás lugares es difícil de desarrollar. Ese aspecto de transformación y acompañamiento que se da en las sesiones es el que nutre y da vida a mi trabajo y es del cual parten mis ganas de enseñar.



# CLARIDAD MASAJES

---

## CONSULTAS / CONTACTO

✉ [claridad.masajesyterapias@gmail.com](mailto:claridad.masajesyterapias@gmail.com)

📷 [@claridad.masaje](https://www.instagram.com/claridad.masaje)

📞 1531944650