

```
window.yaContextCb.push(())=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) }
```



Что за видеокурс?

Авторский видеокурс Сергея Александровича Ясенского. Этот курс посвящен массажу, секреты технологии идеального массажа, авторские многолетние наработки и многое другое.

Для кого этот видеокурс?

Курс рассчитан на людей, которые в силу отсутствия свободного времени, не могут ездить на массаж или не хотят тратить вполне приличные деньги на услуги массажиста.

Курс призван помочь от болей в области спины, пояснице, ногах, шее, руках и так далее.

Что вошло в видеокурс?

- Подготовка к массажу - в данной теме расписаны методы подготовки тела к массажу.
- Противопоказания - очень важная тема, где расписаны противопоказания для проведения массажа.
- Способы и принципы массажа частей тела - на каждый участок тела определены свои способы и принципы проведения массажа.
- Разминание частей тела - разминка тела перед массажем, как правильно проводится, все тонкости.
- Подготовка места к массажу - требования к месту проведения массажа.
- и многое другое

Дополнительную информацию смотрите на сайте курса: [Узнать подробности](#)
([перейти на страницу видеокурса](#))

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```