Taller intensivo

de Masaje Thai Terapéutico y Medicina Tailandesa

Shivathai

contacto@shivathai.net

Shivathai
NUAD BORAN
Escuela de Masaje Tradicional Tailandés

Secuencia A

1 - Primero el saludo.
Receptor boca abajo. Empezamos con una presión simultánea y seguimos con una presión alternada con nuestras palmas en los pies del receptor.
Luego, terapeuta se pone de pie y de espaldas al receptor.
Realizamos presiones con los talones en el centro de la planta del pie.
Luego volvemos a la presión palmar en los pies.

2 - Presión palmar - pulgar y palmar.
Subiendo por piernas hasta llegar a glúteos, cuerpo terapeuta con pierna avanzada hacia adelante (posición guerrero).
Subimos evitando el hueco poplíteo y bajamos. Subimos de nuevo con presión pulgar y volvemos. Hacemos una última pasada de presión palmar.
Notas:

3 - Palma pulgar palma por espalda.
Notas:

---

4 - Apoyar ambas rodillas, presión en mariposa por espalda ida y vuelta, luego tomar las manos desde las muñecas, estirar llevando a cobra x 2.
Notas:

---

5 - Estiramientos. T de pie, coge el pie y mano (muñeca) de R del mismo lado, colocando el pie en el sacro, estira hacia arriba.
Bajar la mano sosteniendo el pie, cruzar del otro lado del cuerpo de R, tomar la mano de ese lado y estirar (cruzado).
Bajar el pie, y coger el pie del mismo lado, estirar.
Bajar el pie, cruzar otra vez hacia el otro lado del cuerpo, tomar la mano de ese lado y estirar (cruzado).
Notas:

6 -Palma-pulgar-palma en trapecios.
Notas:

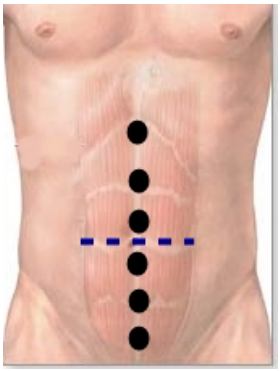
7 - Repetir de 1 a 6 del otro lado.
Notas:

Secuencia B

1- Masaje de cuero cabelludo.
• Masaje de cuello. Presión circular.
• Estiramientos de cuello con antebrazo. con 1 brazo, el otro y con los dos a la vez.
• masaje en rostro con los talones de las manos.
• Presión y deslizamiento en orejas.
Notas:

2- T busca las manos de R y estira hacia atrás.
Luego se pone de pie llevándose las manos (cruzadas), estiramiento alternado.
T se coloca entre medio del cuerpo de R (ahora los brazos quedan en paralelo), y continúa.
- Acomodar los brazos en el suelo, caminata palmar, pulgar y palmar en brazos ida y vuelta.
Luego pasar al otro lado del cuerpo y repetir con el otro brazo.
Notas:

3- Masaje de Abdomen; “ola”
- 6 Puntos.
- Luego bajar a Pies con presión palmar por piernas empezando desde ingles.
Notas:



4- Pie de R en la cadera de T, una mano en rodilla, la otra haciendo presión palmar en la pierna estirada.
Balancear y presionar al mismo tiempo.
Notas:

5- Con esta misma pierna, la ponemos al otro lado de la pierna estirada.
Presionamos el hombro y llevamos la rodilla hacia el suelo y así realizamos una torsión.
Notas:

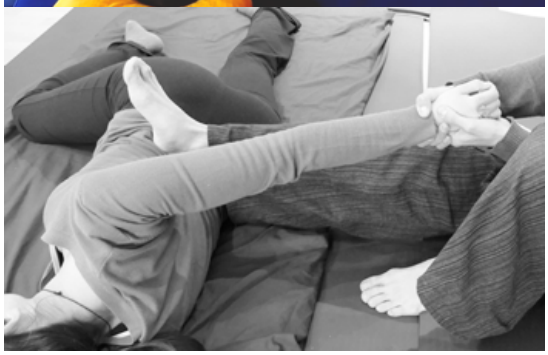
6 - Pasaje a lateral.
Notas:

Secuencia C

1 - Subir hasta detrás de caderas de R.
Palma Pulgar Palma en glúteo.
Notas:

2- Caminata Palmar por espalda. Ida y vuelta.
Notas:

3- T coge el brazo, se sienta y tira hacia atrás mientras clava su talón en el lumbar de R.
Notas:



4- Abrazar el hombro con las manos y realizar rotaciones hacia un lado y el otro.
Notas:

5 - Poner el brazo de R encima del cuerpo. Palma Pulgar Palma en brazo.
Notas:

6 - Volver al R boca arriba, tirando de muñeca y de tobillo y repetir desde el punto 2 de la secuencia G con la otra pierna.
Notas:

Secuencia D

1- Pasaje a posición sedente/sentado:
Cruzar las piernas de R trabándolas con las piernas de T, tomar las manos, levantar el cuerpo.
Luego T pasa detrás de R:
- Presión palmar en trapecios.
- Apoyar cabeza en pierna de T y empujar el hombro hacia abajo.
- Hacer rodillo con antebrazo en trapecios.
Notas:

2 - Tomar las manos y llevarlas hacia atrás, sentarse, apoyar los pies en la espalda de R y estirar + caminata.
Notas:

3 - Desarmar la postura y ponerse de pie llevando las manos de R hacia arriba, estirar.
Notas:

4 - Luego llevar manos de R detrás de la nuca, apoyar una rodilla en la pierna de R, y torsión hacia un lado y luego hacia el otro.
Notas:

5 - Amasado simultáneo en trapecios, percusión, barrido y contacto final.
Notas: