

<<国际流行保健按摩套路>>

图书基本信息

书名：<<国际流行保健按摩套路>>

13位ISBN编号：9787117043366

10位ISBN编号：7117043369

出版时间：2001-10-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：王富春

页数：81

字数：128000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<国际流行保健按摩套路>>

### 内容概要

随着人们生活水平的不断提高，广大人民群众对健康越来越重视，俗话说：“身体是自己的，健康是第一的”。

有关资料报道：21世纪的发展，最热门和最具有发展前景的是中医保健，那么在中医保健中，最具特色，又最受人们青睐的就是按摩保健。

当今世界，保健按摩热潮风起云涌，除了中医保健按摩外、还有泰式、日式、韩式、港式、欧式等各种保健按摩。

有鉴于此，为了满足广大人民群众对世界各国保健按摩的了解和学习，我们组织了长春中医学院推拿按摩专家共同编写和整理《国际流行保健按摩套路》一书。

本书作者既具有丰富的临床推拿和保健按摩的经验，又具有多年的教学经验，他们也大多在国外从事过推拿临床与保健按摩。

因此，对国内外保健按摩手法与套路均十分了解。

长春中医学院按摩师培训中心是于1996年正式成立的，吉林省按摩师鉴定基地也设在该院，本书作者既是按摩师培训中心的专家教师，也是吉林省按摩师高级考评员。

本书编写以突出各式保健按摩的特点，作用与操作为主，对每一手法分述其作用、部位、操作与要领，图文并茂，套路清晰。

读者只要通过本书学习均能了解和掌握当今世界流行的各式保健按摩的套路与方法。

本书既可作为按摩师培训的教材，也可供专业人员及按摩爱好者学习与参考。

## <<国际流行保健按摩套路>>

### 书籍目录

欧式保健按摩的特点 欧式保健按摩的作用 欧式保健按摩的注意事项 欧式保健按摩的操作

一、俯卧位

(一) 背部 1 直推背 2 分推肩部 3 抹肋肋 4 扇形推背 5 轮流推背 6 扭臀 7 揉肋肋 8 揉肩部 9 侧推肋肋 10 环形推背 11 静指按压 12 环形拇指推脊 13 摇背 14 搓背 15 抹背 16 梳脊柱 17 毛虫爬法 18 跪指按压背部 19 猫爪推法 20 指扣背 21 叩击 22 伸展背 23 理背

(二) 颈部 1 掌推肩颈 2 四指推颈 3 三指拿颈 4 二指按揉 5 直推 6 抹颈

(三) 臀部 1 扇形推 2 揉臀 3 拇指分推腰骶 4 捏拿臀肌 5 环形推 6 拇指按揉骶骨孔 7 静压腰骶 8 理骶

(四) 下肢后部 1 扇形推 2 拇指环形推 3 拇指按揉 4 掌按 5 腓横纹推 6 叩击 7 切击足掌 8 摇膝 9 触摸

二、仰卧位.....

<<国际流行保健按摩套路>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>