

# Muzykoterapia w masażu Jak łączyć muzykę i masaż

Mgr Marzena Roman

Absolwentka Wydziału Biologii i Nauk o Ziemi Uniwersytetu  
Jagiellońskiego w Krakowie  
dyplomowana masażystka  
instruktor rekreacji ruchowej ze specjalnością aerobik

[www.masazespa.krakow.pl](http://www.masazespa.krakow.pl)

Krosno, marzec 2009

## Wprowadzenie do pokazu wybranych technik masażu wykonywanych przy różnych rodzajach muzyki w salonie kosmetycznym Akademia Zdrowia i Urody Krosno, 21.03.2009

### Material dzwiekowy w muzyce



W muzyce wykorzystuje się nie tylko głosy i brzmienie instrumentów muzycznych ale też różny inny material dzwiekowy.



1

### Biologiczne efekty muzyki



Biologiczne efekty muzyki zaleza od rytmu, tempa, tonacji oraz wysokosci, natezenia i barwy dzwiekow.

Zarowno muzyka jak i masaz moga pobudzac lub uspokajac.

Muzyka stwarza nastrój, atmosfere.

2

### Kazda muzyka moze leczyc



Kazdy rodzaj muzyki moze byc terapeutyczny w zalezności od okolicznosci.

3

### Rola muzyki w terapii masazem



Muzyka powinna ulatwic pacjentowi pozytywna wizualizacje, która wspomaga relaksacje.

Terapeuta powinien indywidualnie dobrac muzyke i techniki masazu w celu spotegowania efektu leczniczego.

4

