



# Обучение по направлению «Онлайн-тренер по Фейспластике и естественному омоложению»

## 1-й модуль - Онлайн

Длительность: 5 недель  
25 практических уроков и 9 лекций

### 1 неделя

**Основы остеопатии и фейспластики. Целостный подход в диагностике и коррекции возрастных тканевых дисфункций. Развитие пальпации, состояния. Изучение техник**

**Вводный эфир - лекция**

**1 урок** - Биомеханика старения лица и тела. Визуальный осмотр и диагностика тела и лица

**2 урок** - Медитация, наработка терапевтического состояния

**3 урок** - Выстраивание тела

**4 урок** - Нарботка послойной пальпации, перцепции

**5 урок** - Техники коррекции тканевых дисфункций (мышцы, фасции, кости, внутренние органы)

Выходные - Лекция по анатомии таза и позвоночника

Выходные - Лекция психолога

### 2 неделя

**Основы работы с тазом, позвоночником и осанкой**

**6 урок** - Таз, крестец и копчик

**7 урок** - Поясничный отдел позвоночника. Поясничный лордоз. Грыжи

**8 урок** - Грудной отдел позвоночника. Грудной кифоз. Асимметрия лопаток и ключиц. Холка.

**9 урок** - Шейный отдел позвоночника. Мышечные триггеры и боли в шее. Укорочение и асимметрия шеи.

**10 урок** - Атлант и основание черепа. Постановка атланта на место. Улучшение кровотока головы.

Выходные - Лекция по анатомии внутренних органов

Выходные - Лекция диетолога

### 3 неделя

**Основы работы с внутренними органами. Лимфатической системой, сосудами**

**11 урок** - Грудобрюшная диафрагма и диафрагмальное дыхание

**12 урок** - Тазовая диафрагма. Мышцы и связки тазового дна. Дыхание тазом

**13 урок** - Органы таза: Устранение застойных процессов, подъем органов

**14 урок** - Живот: Детокс печени. Устранение застойных процессов в кишечнике. Улучшение лимфооттока через брыжейку кишечника. Улучшение венозного оттока по воротной вене.

**15 урок** - Грудная клетка: Расслабление спазмированного пищевода. Расслабление связок перикарда. Коррекция дисфункций блуждающего нерва.

Выходные - Лекция по анатомии черепа, краниосакральной системы

Выходные - Лекция ортодонта

## **4 неделя**

### **Череп. Краниосакральная система**

**16 урок** - Мозговой череп №1: Сфенобазиллярный синхондроз. Дисфункции клиновидной и затылочной кости. Твердая мозговая оболочка

**17 урок** - Мозговой череп №2: Швы черепа, Височные, теменные и лобная кость

**18 урок** - Мозговой череп №3: Решетчатая кость, венозная система черепа

**19 урок** - Лицевой череп №1 - Верхние и нижняя челюсть. Зубочелюстная система

**20 урок** - Лицевой череп №2 - Глазница, нос, носовая перегородка

Выходные - Лекция по анатомии лица

Выходные - Лекция косметолога, пластического хирурга

## **5 неделя**

### **Лицо**

**21 урок** - Кожа и подкожно-жировая клетчатка лица. Массаж лица

**22 урок** - Жевательные мышцы

**23 урок** - Мимические мышцы

**24 урок** - Зона глаз, глазодвигательные мышцы

**25 урок** - Баночный массаж



# Обучение по направлению «Онлайн-тренер по Фейспластике и естественному омоложению»

## 2-й Модуль - Онлайн

**Длительность: 8 недель**

**40 теоретических и практических уроков**

### 1 неделя

**1 урок - Фейспластика** - Коррекция асимметрий лицевого черепа - глазные орбиты.

**2 урок - Продвижение** - Личный бренд. Построение бизнес-модели. Инструменты личного бренда.

**3 урок - Дополнительно** - Основы тейпирования. Тейпирование зоны лба и межбровья, жевательных мышц, носогубных складок и скуловых мышц.

**4 урок - Уходовая косметология.**

**5 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах** - Отработка техник. Обучение проведению онлайн-тренировок. Обучение правильности выполнения упражнений и умению грамотно доносить материал.

### 2 неделя

**6 урок - Фейспластика** - Коррекция асимметрий лицевого черепа - верхняя и нижняя челюсти.

**7 урок - Продвижение** - Инстаграм. Часть 1. Создание контент-плана, дизайна. Структура правильного поста, сторис, эфира. Анализ конкурентов. Показатели качества аккаунта.

**8 урок - Дополнительно** - Тейпирование овала и лимфодренажное тейпирование лица. Тейпирование шеи.

**9 урок - Уходовая косметология.**

**10 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

### 3 неделя

**11 урок - Фейспластика** - Коррекция асимметрий носа.

**12 урок - Продвижение** - Инстаграм. Часть 2.

**13 урок - Дополнительно** - Массажные техники. Баночный массаж лица, шеи и зоны декольте.

**14 урок - Уходовая косметология.**

**15 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

### 4 неделя

**16 урок - Фейспластика** - коррекция сосудов лица и головы.

- 17 урок - Продвижение** - создание личного сайта. Сайт - это не сложно и не дорого.  
Конструкторы сайта. Продающая структура сайта.
- 18 урок - Дополнительно** - Асахи (на лимфодренаж). Гуаша массаж.
- 19 урок - Уходовая косметология.**
- 20 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

## **5 неделя**

- 21 урок - Фейспластика** - коррекция дисфункций лицевого, тройничного, зрительного и глазодвигательных нервов.
- 22 урок - Продвижение** - автоматизация работы с клиентами. Автоворонка для сайта. CRM-системы: Y-clients, АМОсrm, GetCourse и прочее.
- 23 урок - Дополнительно** - массаж кобидо (на тонизирование и лифтинг лица). Массаж шиацу (точечный).
- 24 урок - Уходовая косметология.**
- 25 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

## **6 неделя**

- 26 урок - Фейспластика** - Психосоматика лица.
- 27 урок - Продвижение** - Реклама в Инстаграм. Все бесплатные и платные методики.
- 28 урок - Дополнительно** - скульптурно-буккальный самомассаж.
- 29 урок - Уходовая косметология.**
- 30 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

## **7 неделя**

- 31 урок - Фейспластика** - Психосоматика осанки.
- 32 урок - Продвижение** - Реклама в других социальных сетях. Особенности рекламы в Facebook, Вконтакте, Одноклассники, Google, Яндекс
- 33 урок - Фейспластика** - Коррекция и улучшение формы груди.
- 34 урок - Уходовая косметология.**
- 35 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

## **8 неделя**

- 36 урок - Фейспластика** - Работа с энергетическими меридианами лица .
- 37 урок - Продвижение** - Заключение. Масштабирование.
- 38 урок - Фейспластика** - Техники улучшения работы эндокринной системы.
- 39 урок - Уходовая косметология.**
- 40 урок (пт,сб,вс) - Практика фейспластики в мини-группах.**

## **ЭКЗАМЕНЫ**

## **ВЫПУСКНОЙ И ВЫДАЧА ДИПЛОМА**