



## Corso per Maestro di Sauna - Aufgussmeister

Siamo lieti di informarvi che stiamo organizzando un corso per Maestro di Sauna riconosciuto da AISA. Se vi piace il nostro approccio all'Aufguss, volete approfondire a 360° il ruolo del Maestro di sauna con il contributo di esperti nel settore ed essere allenati da alcuni tra i più titolati Aufgussmeister italiani, non potete mancare!

- **18/19 novembre 2017 + 13/14 gennaio 2018** c/o Centro Nuoto Rosà di Rosà (VI) - Via San Bonaventura, 8, 36027 Rosà VI

La quota di partecipazione è di 700€, comprensiva delle quote di tesseramento ad ASD Auguss.it e AISA (come Aufgussmeister).

Il corso prevede una formazione frontale in aula con i seguenti moduli:

### PARTE TEORICA:

storia della sauna dell' Aufguss

prima, dopo durante l' Aufguss: Etica dell' Aufgussmeister e codice etico AISA

la comunicazione non verbale e il contatto con l'ospite durante un Aufguss

studio del ciclo del caldo e del freddo (Kneipp) con prove pratiche

introduzione agli oli essenziali

informazioni di sicurezza dell'ospite e norme comportamentali in caso d'emergenza

effetti sul corpo e sauna dal punto di vista medico - cuore circolazione

cenni di primo soccorso

Aspetti legali nella pratica dell' Aufguss

informativa su salute e stile di vita (Nicotina, alcol, bevande, alimentazione, sport

preparazione e somministrazione di maschere/peeling corpo, Aufguss in bagno turco

introduzione alle tecniche di ventilazione

### PARTE PRATICA:

tecniche di ventilazione

preparazione della Sauna

presentazione di un Aufguss

scelta e preparazione della musica

svolgimento degli Aufguss nelle varie cabine sauna

La durata della formazione è di 32 ore, successivamente dovrà essere effettuato un percorso di tutorato che prevede l'esecuzione di 15 Aufguss in coppia o in presenza di un Aufgussmeister riconosciuto dalla Associazione Italiana Saune ed Aufguss che dovrà essere registrato in un apposito libretto.

Una volta terminato il tutorato è prevista l'esecuzione di un esame teorico e pratico (esecuzione di un Aufguss) alla presenza di una commissione di esame composta dai docenti del corso e da rappresentanti di AISA.

In caso di superamento dell'esame di abilitazione sarà rilasciato da AISA un Diploma di Aufgussmeister con votazione scritta. Nel caso di non superamento (parziale o totale) dell'esame di ammissione il corsista avrà la facoltà di tentare nuovamente l'esame in una data successiva da concordare. Nel caso di un ulteriore fallimento sarà necessario ripetere il corso.

Per maggiori informazioni e richieste di iscrizioni inviate una email a [corsi@aufguss.it](mailto:corsi@aufguss.it).

### *Partner Aufguss.it:*



Aufguss.it Associazione Sportiva Dilettantistica  
Via San Pietro, 20 - Tezze sul Brenta (VI)  
P. IVA / C.F. : 0398125024