INFOPAKET · MASSAGE-AUSBILDUNG

Massage-Ausbildung bei ARSANIS

Massagetherapeut/in im Wellness- und Präventionsbereich · Präsenzunterricht in NRW · 75 Unterrichtseinheiten · 10 Monate berufsbegleitend

Was Sie in der Ausbildung lernen

Massage ist eine der ältesten Formen der Berührung – schon um 3000 vor Christus wurde massiert. In dieser Ausbildung lernen Sie die klassische Massage als Grundlage und darauf aufbauend sechs weitere Techniken: Aromaöl-, Fußreflexzonen-, Hot-Stone-, Breuß- und Sportmassage sowie die Grundlagen der Lymphdrainage. Dazu kommt die Schulter-Nacken-Massage als eigener Ablauf.

Griffe, Druck und Abläufe lernt man nicht aus dem Buch. Deshalb findet der Unterricht in Präsenz statt: Jeder Griff wird gezeigt, unter Anleitung geübt und korrigiert. Anatomie, Hygiene, rechtliche Grundlagen und der Weg in die Selbstständigkeit gehören ebenfalls dazu. Vorkenntnisse brauchen Sie nicht.

75	10	2.290 €	229 €
Unterrichts-einheiten	Monate · alle 14 Tage	Gesamtpreis	monatl. Rate (10 × zinsfrei)

Bildungsscheck NRW: bis zu 500 € Erstattung möglich – Sie beantragen ihn selbst im ESF-Portal (Wohnsitz NRW), spätestens am Tag vor Kursbeginn. Der Betrag wird erstattet, nicht vom Kurspreis abgezogen.

Was ARSANIS besonders macht

- **Präsenzunterricht** mit Physiotherapeutin Bianca Sontowski – üben unter Anleitung, mit direkter Rückmeldung
- Alle 14 Tage abends von 18 bis 21 Uhr: gut neben Beruf und Familie planbar
- Kursorte in Wuppertal, Essen, Köln und Aachen
- Einstieg jederzeit möglich; versäumte Termine nach Absprache an einem anderen Standort nachholen
- Alle Skripte und Materialien sowie das ARSANIS-Zertifikat sind im Kurspreis enthalten
- Eigener Themenblock zur Selbstständigkeit: Businessplan, Marketing, Versicherung, Steuern

Für wen die Ausbildung gedacht ist

- Einsteiger, die Massage von Grund auf lernen möchten
- Quereinsteiger in den Wellness- oder Gesundheitsbereich
- Fachkräfte aus Pflege, Kosmetik, Fitness oder Spa
- Heilpraktiker und Heilpraktikeranwärter, die Massage ergänzend anbieten möchten

DIE TECHNIKEN

Diese Massagen lernen Sie

Jede Technik mit Hintergrund, Ablauf und Grifftechnik – und mit den Fällen, in denen nicht massiert werden darf (Kontraindikationen).

Klassische Massage

Die Grundlage fast aller anderen Massageformen. Ihre Handgriffe gehen auf den Schweden Pehr Henrik Ling zurück, der 1813 ein Institut für Heilgymnastik und Massage gründete. Sie arbeitet mit fünf Grundgriffen – Streichen, Kneten, Zirkeln, Vibrieren und Klopfen – und wirkt durchblutungsfördernd, lockernd und entspannend.

Sie lernen: die Grundgriffe, ihre Wirkung, den Aufbau einer Ganzkörpermassage und die Schulter-Nacken-Massage als eigenen Ablauf.

Aromaölmassage

Verbindet die Massage mit ätherischen Ölen. Der Franzose René-Maurice Gattefossé machte die Aromapflege in Europa bekannt. Die Düfte wirken über Haut und Geruchssinn – je nach Öl beruhigend, anregend, wärmend oder erfrischend.

Sie lernen: ätherische Öle und Basisöle kennen, Mischungen auf die Wünsche Ihrer Kundinnen und Kunden abstimmen, den Ablauf der Massage.

Fußreflexzonenmassage

Arbeitet mit gezieltem Druck an festgelegten Zonen der Füße. Das westliche System geht auf den US-Arzt William Fitzgerald (Zonen-Einteilung, 1917) und die Masseurin Eunice Ingham zurück, die die Griffe und Drucktechniken ausarbeitete. Die Massage wird als tief entspannend erlebt.

Sie lernen: die Fußreflexzonen, die Grifftechniken und den Ablauf einer Behandlung.

Hot-Stone-Massage

Massage mit erwärmten Basaltsteinen. Das vulkanische Gestein speichert Wärme sehr gut; Wärme und Gewicht der Steine lösen Verspannungen und sorgen für tiefe Entspannung. Wurzeln dieser Anwendung finden sich unter anderem auf Hawaii.

Sie lernen: Auswahl und Erwärmung der Steine, passende Öle, die Hot-Stone-Ganzkörpermassage.

Breuß-Massage

Eine sanfte, feinfühlige Rückenmassage entlang der Wirbelsäule, entwickelt von dem Österreicher Rudolf Breuß (1899–1990). Gearbeitet wird mit Johanniskrautöl und ruhigen, streckenden Griffen vom Kreuzbein bis zum Nacken. Die Massage darf keine Schmerzen verursachen.

Sie lernen: den vollständigen Ablauf der Breuß-Massage und wann sie nicht angewendet wird.

Sportmassage

Die Massage für Sportlerinnen und Sportler: vor dem Training oder Wettkampf zum Aufwärmen der Muskulatur, danach zur Regeneration. Sie aktiviert den Kreislauf und trägt zum körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei.

Sie lernen: Vorbereitungs-, Zwischen-, Trainings- und Erholungsmassage und ihren Aufbau.

Grundlagen der Lymphdrainage

Mit sehr sanften, rhythmischen Griffen wird der Abfluss der Gewebeflüssigkeit angeregt. Die Griffe wirken beruhigend auf das Nervensystem. In der Ausbildung geht es um die kosmetische Anwendung, zum Beispiel im Gesicht.

Sie lernen: Aufbau des Lymphsystems, die Grundgriffe und die Anwendung im Gesicht. Die Manuelle Lymphdrainage als ärztlich verordnete Therapie ist nicht Teil dieser Ausbildung.

FORMAT & TERMINE

So läuft die Ausbildung

Präsenzunterricht in kleinen Gruppen, alle 14 Tage abends.

Unterrichtszeiten und Rhythmus

Rhythmus	Alle 14 Tage, abends von 18 bis 21 Uhr
Dauer	10 Monate · 75 Unterrichtseinheiten · berufsbegleitend
Ferien	Kein Unterricht in den NRW-Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen
Kursorte	Wuppertal, Essen, Köln und Aachen
Einstieg	Jederzeit möglich
Verpasste Termine	Nach Absprache an einem anderen Standort nachholen
Material	Ausführliches Kursskript und Schaubilder, im Kurspreis enthalten
Abschluss	ARSANIS-Zertifikat (kein staatlicher Abschluss)

Starttermine

Die aktuellen Starttermine für alle vier Orte finden Sie jederzeit auf therapie-ausbildungen.de – oder Sie fragen uns, wir nennen Ihnen den nächsten passenden Termin.

Ihre Dozentin

Bianca Sontowski	Staatlich examinierte Physiotherapeutin · Heilpraktikerin (sektoral, Physiotherapie) · seit fünfzehn Jahren als Physiotherapeutin tätig, Schwerpunkte Manual- und Sportphysiotherapie

Kosten und Förderung

Gesamtpreis	2.290 € inkl. Skripten, Materialien und Zertifikat
Ratenzahlung	10 monatliche Raten à 229 € = 2.290 € gesamt, zinsfrei
Bildungsscheck NRW	Bis zu 500 € Erstattung möglich. Antrag selbst im ESF-Portal (Voraussetzung: Wohnsitz in NRW), spätestens am Tag vor Kursbeginn. Der Betrag wird Ihnen erstattet und nicht vom Kurspreis abgezogen.

Was Sie danach machen können

- Wellness- und Entspannungsmassagen anbieten – angestellt oder selbstständig, auch mobil oder nebenberuflich
- Mitarbeit in Wellnesshotels, Spa-Bereichen, Thermen, Fitness- und Kosmetikstudios
- Ein bestehendes Angebot in Praxis oder Studio erweitern

LEHRPLAN

Die 14 Themen im Überblick

Von den Grundlagen über die Massagetechniken bis zur eigenen Selbstständigkeit.

01 Anatomie und Physiologie – Skelett, Muskulatur, Lymphsystem

02 Indikationen und Kontraindikationen der Massage

03 Gesetzeskunde, Berufsbild und Berufsbezeichnung

04 Hygienevorschriften und Arbeitsplatzgestaltung

05 Klassische Massage – Grundlagen, Wirkung, Anwendungsgebiete

06 Klassische Massage – Massagegriffe und praktische Durchführung

07 Schulter- und Nackenmassage

08 Aromaölmassage – ätherische Öle, Basisöle, Anwendung

09 Fußreflexzonenmassage

10 Hot-Stone-Massage

11 Breuß-Massage

12 Sportmassage

13 Grundlagen der manuellen Lymphdrainage

14 Erfolgreiche Selbstständigkeit – Businessplan, Marketing, Versicherung, Steuern

Wichtige Einordnung

Die Massage-Ausbildung bei ARSANIS ist eine Weiterbildung und schließt mit dem ARSANIS-Zertifikat ab (kein staatlicher Abschluss). Sie qualifiziert für Massagen im Wellness-, Entspannungs- und Präventionsbereich und ersetzt keine medizinische Behandlung. Beschwerden und Erkrankungen behandeln dürfen in Deutschland nur Ärzte, Heilpraktiker oder entsprechend zugelassene Fachkräfte. Die geschützte Berufsbezeichnung „Masseur und medizinischer Bademeister“ sowie die Ausübung von Heilkunde setzen eine eigene staatliche Ausbildung bzw. Zulassung voraus. „Massagetherapeut/in“ ist keine geschützte Berufsbezeichnung.

Ihr nächster Schritt

Sie haben Fragen zur Ausbildung, zum Kursort oder zum Bildungsscheck? Vereinbaren Sie ein kostenloses Beratungsgespräch von 30 Minuten – telefonisch oder online.

Telefon	**0202 317 88 50**
Termin online buchen	calendly.com/office-therapie-ausbildungen/30min
Website	therapie-ausbildungen.de/ausbildung-massagekurs/

Standorte

Wuppertal Cotton Factory, Uellendahler Str. 27–29, 42107 Wuppertal · Essen Caritas-Zentrum, Hindenburgstr. 57, 45127 Essen · Köln Caritas-Zentrum, Zülpicher Str. 273 b, 50937 Köln · Aachen Technologiezentrum am Europaplatz, Dennewartstraße 25–27, 52068 Aachen

Stand: Oktober 2026 · Skripte, Materialien und Zertifikat sind im Kurspreis enthalten. Alle Angaben ohne Gewähr; maßgeblich sind die Angaben im Buchungsprozess.