

## **Содержание**

### **Часть.1. Анатомия и физиология мягких тканей**

#### **Строение и функции кожи**

Кровоснабжение и иннервация кожи  
Возрастные изменения кожи

#### **Строение и функции мышц**

Кровоснабжение и иннервация мышц  
Возрастные изменения мышц

#### **Фасции**

Кровоснабжение и иннервация фасций

### **Соединительная ткань**

#### **Мягкие (жидкие) ткани**

Кровь  
Лимфа  
Интерстициальная жидкость

### **Жировая ткань**

#### **Строение и рост жировой ткани**

Гипертрофия и гиперплазия жировой ткани  
Распределение жировой ткани  
Факторы, способствующие накоплению жира

#### **Метаболизм жировой ткани**

Липогенез  
Липолиз

#### **Секреторные функции жировой ткани**

Жировая ткань и эстрогены  
Целлюлит (гидролипидистрофия)

### **Конституциональные типы телосложения**

### **Часть.2. Мануальные техники коррекции фигуры**

#### **Комплексная программа коррекции фигуры**

#### **Правила выполнения массажных приемов**

#### **Показания и противопоказания**

#### **Для проведения комплексной программы**

#### **Коррекции фигур**

#### **Лимфодренажный массаж**

Лимфодренажный массаж по Э. Воддеру  
Лимфодренажный массаж по П. Кошу

#### **Лимфодренажный массаж в комплексной программе**

#### **Коррекции фигуры**

Алгоритм лимфодренажного массажа

#### **Липолитический массаж**

Липолитический массаж в сочетании с другими методиками

#### **Липолитический массаж в комплексной программе коррекции фигуры**

Алгоритм липолитического массажа