

在來交換之前來過兩次泰國，都很享受這邊的泰式按摩，紓壓解疲勞又便宜。因為在這邊時間頗自由的緣故，所以能夠撥出時間來學點基礎的泰式按摩，今天就來分享一下我的心得與一些指引。



### 學校資訊

我是在 Wat Pho (臥佛寺)學的，基本上想到學泰式按摩，幾乎所有人都會想到這所最古老、最元祖的按摩學校。Watpho Thai Traditional Massage School 最多人去的分校是 ThaTian 分校，也是交通最方便的一個，隔臥佛寺一條街而已，換句話說不管是離市中心或朱拉都有一段距離。提供 General Massage, Oil Massage, Professional Massage 等多種課程，如果有想知道更多可以上他們的網站。

### 課程資訊

我上的是 5 天的 General Thai Massage，費用不便宜但還算合理，學完之後能夠了解泰式按摩的基本技巧，以及可以做完一套大約 1.5 小時的泰式按摩。這課程是所有其他課程的基礎，因此每天都會有來自世界各地的背包客、來自泰國各地的學員在這邊學習，不需要事先報名，可以當天繳費立刻上課。像我自己是只有星期三、四在學校有課，我便利用當週其他五天的時間完成了課程，通過測驗拿到一個精美的證書。

### 一些感想

上完真的頗有成就感，終於可以幫親朋好友按摩了！這邊的老師人都很好，而且因為我會泰語的關係常常和我開玩笑，像很好的朋友(或長輩)一樣，非常溫暖。如果不會泰語也不需要擔心，老師們的英語完全沒有問題，也都非常耐心的教導動作、叮嚀細節。我也覺得自己透過學習泰式按摩更了解這個國家的文化，是交換半年中很特別的體驗！推薦大家可以嘗試看看。