

Plastrowanie



Proponujemy Państwu udział w szkoleniu z zakresu posługiwania się plastrami elastycznymi, w aplikacjach inspirowanych większością metod tapingu dostępnych na rynku.

Wychodząc naprzeciw najczęstszym problemom, z którymi mamy do czynienia w pracy proponujemy „**kompedium**” metod plastrowania w jednym szkoleniu. W zależności od konieczności da to Państwu możliwość wykorzystania tej aplikacji, która w danym momencie jest najkorzystniejsza dla Waszego pacjenta/sportowca.

Szkolenie ma charakter praktyczny, zostaną tu przedstawione i przećwiczone aplikacje najczęściej stosowane w praktyce profilaktycznej i zachowawczej.

Szkolenie składa się z 2 dni.

Plastrowanie to zastosowanie specjalnych taśm w procesie treningu oraz rehabilitacji.

Plastry stosuje się w celu zmniejszenia obrzęków i krwiaków, mobilizacji blizn, wspomagania przeciążonych lub uszkodzonych tkanek miękkich, rozciągania przykurczonych tkanek miękkich oraz normalizacji ich napięcia.

Stosowanie plastrów, powinno być poprzedzone **technikami rozciągającymi, zmniejszającymi ryzyko kontuzji**, a sama aplikacja plastrowa powinna być "kontynuacją" odpowiedniego treningu.

Uczestnicy: Warsztaty przeznaczone są dla trenerów personalnych, trenerów przygotowania motorycznego, studentów (kierunek wychowanie fizyczne, fizjoterapia), a także lekarzy, fizjoterapeutów i masażyści.

Termin kursu: w momencie uzbierania min. grupy, ok. listopad 2017

Cena: 800-900 zł. w zależności od liczby zgłoszeń

W cenie otrzymują Państwo:

- prezentację ze wszystkimi aplikacjami wykonanymi na kursie
- plastry o wartości 100 zł (do pracy na szkoleniu i po nim)

Program kursu:

Część teoretyczna – 1 godzina

- omówienie materiałów stosowanych w tapingu,
- wskazania /przeciwwskazania do tapingu.

Część praktyczna - 11 godzin

W tej części szkolenia prowadzący omawia poszczególny przypadek, demonstruje sposób wykonania aplikacji oraz uzasadnia jej zastosowanie. Następnie kursanci wykonują aplikację pod kontrolą prowadzących. W czasie kursu uczestnicy otrzymują teoretyczną i praktyczną wiedzę przydatną bezpośrednio do pracy z pacjentem.

W części praktycznej kursanci poznają aplikacje na:

- Biodro + udo (pasma biodrowo-piszczelowe, łydkę, syndrom napięcia przyśrodkowej strony piszczeli, syndrom napięcia przyśrodkowo-tylnej strony piszczeli, mięsień czworogłowy, mięśnie kulszowo-goleniowe, pachwinę, zginacze biodra, mięsień pośladkowy),
- Kolano (ból kolana po stronie bocznej – gęsia stopa, ból kolana po stronie przyśrodkowej, pełne wsparcie stawu kolanowego, choroba Osgooda-Schlattera, tylną stronę stawu kolanowego),
- Stopa, kostka (stan zapalny ścięgna Achillesa, stabilizację stawu skokowego, rozciągno podeszwowe, ścięgna strzałkowe, podeszwową stronę stopy, grzbietową stronę stopy, piętę, haluks),
- Tułów, plecy (staw krzyżowo-biodrowy, kręgosłup lędźwiowy, kręgosłup piersiowy, żebra, kręgosłup – punkt bolesny, brzuch),
- Szyja, barki (szyja/barki, bark, stożek rotatorów, staw obojczykowo-barkowy, stabilizację barku),
- Ramiona, ręce (nadgarstek, łokieć tenisisty, łokieć golfisty, mięsień dwugłowy ramienia, mięsień trójgłowy ramienia).

Zakończenie

- Pytania końcowe, podsumowanie, pamiątkowe zdjęcie.