

Fasciální trénink s BLACKROLL® pomůckami

Bez správné funkce fasciální tkáně není možné žít, pohybovat se bez bolesti a bez limitů. Nejnovějšími výzkumy v této oblasti ukazují čtyři základní pilíře možností ovlivňovat fascie jako celek. Jsou to fasciální strečink, využití myofasciálních pomůcek, specifický trénink elasticity fasciálních tkání a trénink vnímání jednotlivých částí těla.

Během kurzu se naučíte k fasciálnímu tréninku využívat myofasciální pomůcky. Z několika nabízených značek „foam rollerů“ jsme vybrali pomůcky BLACKROLL®, protože jsou běžně dostupné za přijatelné ceny. Výrobce je nabízí v dostatečném spektru tvarů, povrchů a tvrdosti použitých materiálů. Jsou proto ideální volbou jak pro přímou práci v ordinaci, tak i k jejich zařazení do cvičebních programů připravovaných pro pacienty/klienty „na doma“.

Během kurzu se zaměříme také na problematiku měkkých tkání. Dále pak na využití pomůcek BLACKROLL® pro Self Myofascial Release (SMR) a Self Myofascial Techniques (SMT).

Program kurzu:

- Úvod do problematiky fasciálních tkání
- Funkční anatomie myofasciálního systému
- Základní informace o BLACKROLL® pomůckách
- Využití pomůcek při bolestivých stavech pohybového aparátu
- Self Myofascial Release (SMR)
- Self Myofascial Techniques (SMT)

Kvalifikační předpoklady: kurz je určen pro fyzioterapeuty, lékaře a další zdravotnické pracovníky. Je vhodný také pro specialisty z oblasti sportu, kteří se zabývají péčí o pohybový aparát sportovců a mají v rámci přípravy na svou profesi složenou zkoušku z anatomie. Studenti uvedených oborů se mohou kurzu účastnit, pokud již zkoušku z anatomie složili. Kurz není určen pro laickou veřejnost.

Lektor: PhDr. Michal Peroutka – zakladatel Fascia Clinic Prague s.r.o.

Odborný vzdělávací kurz VITALITY FLOSSING.

VITALITY FLOSSING je nový terapeutický koncept, který se zaměřuje na terapii bolestivých stavů kloubů a měkkých tkání díky kompresi ošetřovaného segmentu pohybového aparátu. Potřebná komprese vznikne specifickým omotáváním postiženého místa elastickými Flossband páskami. Díky této kompresi je možné dosáhnout velmi rychlého terapeutického efektu.

Stručná osnova kurzu:

Blok I: Úvod do Vitality Flossing (anatomie a fyziologie myofasciálního systému)

Blok II: Flossing-techniky pro dolní končetinu (klouby - koleno, kotník, kyčel a měkké tkáně - lýtko a stehno)

Blok III: Flossing-techniky pro horní končetinu (klouby - zápěstí, loket, rameno a měkké tkáně - předloktí, paže), flossing techniky pro hrudník

Blok IV: Cross mobilita - aktivní a pasivní mobilizační techniky s a bez pomůcek (swing, trakce, gapping, komprese, neuro-cvičení)

Kvalifikační předpoklady: kurz je určen pro fyzioterapeuty, lékaře a další zdravotnické pracovníky. Je vhodný také pro specialisty z oblasti sportu, kteří se zabývají péčí o pohybový aparát sportovců a mají v rámci přípravy na svou profesi složenou zkoušku z anatomie. Studenti uvedených oborů se mohou kurzu účastnit, pokud již zkoušku z anatomie složili. Kurz není určen pro laickou veřejnost.

Lektor: PhDr. Michal Peroutka, CKTI - zakladatel Fascia Clinic Prague s.r.o.

Metoda KINESIO TAPING®

Výuku vedeme podle celosvětově jednotných osnov stanovených autorem metody, KINESIO TAPING® ASSOCIATION INTERNATIONAL a KINESIO UNIVERSITY®. Osnovy kurzu zahrnují nejnovější poznatky o metodě včetně aktuálně uzavřené etapy výzkumu s názvem Kinesio® Medical Taping.

Autorem výukových skript je Dr. Kenzo Kase – autor metody a vynálezce kinesiotejpů značky KINESIO®, které jsou nedílnou součástí metody. Při výuce používáme pouze tyto originální kinesiotejpy.

Výuka metody je rozdělena do dvou částí:

- Základní dvoudenní kurz s názvem KINESIO TAPING® FOUNDATIONS. Absolventi zde získají základní informace o metodě a praktické dovednosti, které jim umožní využívat kinesiotaping v praxi. Každý absolvent obdrží přímo od KTAI kód, který umožní 60-ti denní přístup do databáze KTAI na webu www.kinesiotaping.com.
- Navazující specializované jednodenní kurzy, které se zaměřují na možnosti terapie specifických indikací vybraných medicínských oborů (například téma Sport & Ortopedie, Lymfa, Terapie ruky, Neurologie).

Instruktor: PhDr. Michal Peroutka, CKTI - zakladatel Fascia Clinic Prague, s.r.o.

Obsah dvoudenního kurzu KINESIO TAPING® FOUNDATIONS:

- indikace a kontraindikace KTM, mechanismus působení KTM
- nový koncept Kinesio® Medical Taping
- koncept KTM ovlivňující prostor Epidermis-Dermis-Fascie (EDF) a jeho využití v návaznosti na specifické testy
- specifický Manual Direction Test KTM pro měkké tkáně a svaly
- Kinesio Screening Assessments pro identifikaci cílové oblasti a směru aplikace Kinesio® tejpů na lidské tělo
- aplikace korekčních technik KTM
- rozdíl mezi "underactive" a "overactive" svalovou korekcí
- rozdíly mezi "long and short oscilací" a "side to side oscilací" při specifických fasciálních korekcích
- rozlišování různých fyziologických systémů lidského těla, které je možné ovlivňovat pomocí KTM
- indikace a kontraindikace pro použití KTM
- základní vlastnosti typů originálních KINESIO® tejpů a jejich vhodnost pro konkrétní aplikační techniky a diagnózy
- práce s tejpem, nácvik vystřihávání jednotlivých tvarů tejpů, nácvik bezpečné aplikace kinesiotejpu a jeho odstraňování

Odborný vzdělávací kurz Fasciální terapie s pomůckami FAZER

Kurz je zaměřený na možnosti terapie fasciálních tkání s využitím specifických terapeutických nástrojů a háků FAZER. FAZER nástroje jsou průkopníky mezi nástroji na fasciální terapii, jsou vyvinuty na základě aktuálního klinického výzkumu a používají je přední odborníci na terapii fascií. Nástroje jsou vyrobeny ve Švýcarsku z nejkvalitnější chirurgické oceli, rychle a snadno se s nimi manipuluje a díky nim lze dosáhnout vynikajících terapeutických efektů v krátkém čase. Velmi důležitým přínosem používání těchto nástrojů je ochrana rukou terapeuta během aplikace terapie.

Obsah kurzu:

- pochopení struktury a funkce fascií, mechanických, biomechanických a neurologických funkcí fascií
- úvod do technik využívajících FAZER nástroje
- klasifikace FAZER technik a jejich terapeutické cíle
- možnosti klinického využití FAZER
- praktický nácvik vybraných FAZER technik
- indikace a kontraindikace využití FAZER

Kvalifikační předpoklady: kurz je určen pro fyzioterapeuty, lékaře a další zdravotnické pracovníky. Je vhodný také pro specialisty z oblasti sportu, kteří se zabývají péčí o pohybový aparát sportovců a mají v rámci přípravy na svou profesi složenou zkoušku z anatomie. Studenti uvedených oborů se mohou kurzu účastnit, pokud již zkoušku z anatomie složili. Kurz není určen pro laickou veřejnost.

Lektor: PhDr. Michal Peroutka, CKTI - zakladatel Fascia Clinic Prague s.r.o.