

Dzień I

09.00– 10.30 - Punkty spustowe – etiologia (teoria) - Czynniki wpływające na powstanie punktów spustowych (teoria)

10.30 – 10.45 – przerwa kawowa

10.45 – 13.00 - Rodzaje Punktów spustowych, przeciwwskazania do pracy z pacjentem. (teoria)

- Techniki palpacyjne mięśni dla punktów spustowych – protokół badania (teoria)

- Protokół postępowania (teoria)

13.00 – 14.00 – przerwa lunch

14.00 – 15.00 - Techniki terapeutyczne: kompresja niedokrwienna, głęboki masaż rozcierający/ poprzeczny, masaż funkcyjny, PIR, techniki stretchingu. Elementy terapii ciepłem i zimnem. (praktyka)

15.00-15.15 – przerwa kawowa

15.15 – 17.00 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie obręczy biodrowej (praktyka)

- Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie obręczy biodrowej (praktyka)

Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie kończyny dolnej (praktyka)

Dzień II

9.00– 10.30 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie kończyny dolnej C.d. (praktyka)

- Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie kończyny dolnej, Cd (praktyka)

10.30 – 10.45 – przerwa kawowa

10.45 – 13.00 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie tułowia (praktyka)

- Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie tułowia i szyji. (praktyka)

13.00 – 14.00 – przerwa lunch

14.00 – 15.15 - Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie kończyny górnej (praktyka)

- Opracowanie poszczególnych partii ciała oraz najczęściej spotykanych dolegliwości bólowych Mięśnie kończyny górnej c.d. (praktyka)

15.15 – 15.30 – przerwa kawowa

15.30 – 17.00 – Autoterapia (ból w okolicach obręczy barkowej, głowy, stawu łokciowego, nadgarstka, pleców (odcinek szyjny, piersiowy, lędźwiowy), obręczy biodrowej, pachwiny, stawu kolanowego, skokowego oraz stopy). (praktyka)

- Podsumowanie