



PROGRAM SZKOLENIA KINESIOLOGY TAPING A (PODSTAWOWY)

Program realizowany w czasie 14 godzin kursu

Dzień pierwszy

- 9.00 Przywitanie uczestników i przedstawienie instruktora
- 9.05 Część teoretyczna (prezentacja multimedialna)
- historia i filozofia
 - właściwości plastra kinesiologii tape
 - różnice taping /kinesiologii taping
 - działanie kinesiologii tapingu na poszczególne układy organizmu
 - techniki kinesiologii taping
- 10.40 Przerwa kawowa
- 10.55 Prezentacja technicznych aspektów aplikacji plastra.
(aplikacja praktyczna)
- 11.20 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 11.30 Przedstawienie testu „dolnego odcinka kręgosłupa”
- 11.40 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 11.50 Aplikacja mięśniowa dla dolnego odcinka kręgosłupa
- 12.10 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów pytania uczestników
- 12.20 Przedstawienie techniki wiązadłowej i jej praktycznego
zastosowania , aplikacje „krzyż bólowy” i „punkty spustowe”
- 12.40 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 12.55 Przerwa na lunch
- 13.40 Przedstawienie testu uciskowego brzucha oraz testów odpowiedzi
mięśniowej
- 14.00 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 14.10 Przedstawienie aplikacji mięśniowych dla mm,skośnych
zewnątrznych i wewnętrznych brzucha
- 14.25 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 14.40 Przedstawienie aplikacji powięziowych i korekcyjnych
(ramie,podudzie)
- 14.55 Przedstawienie aplikacji powięziowych i korekcyjnych
aplikacje kliniczne (zespół boczno przyczepienia rzepek)
- 15.20 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 15.30 Przerwa kawowa
- 15.45 Przedstawienie testu kończyny górnej
- 15.55 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów

- 16.10 Aplikacje mięśniowe mm. naramienny, mm. nadgrzebieniowy
technika powięziowa obręcz kończyny górnej.
Aplikacja kliniczna zespół pierścienia rotatorów
- 16.30 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 16.50 Praktyczne rozwiązywanie problemów (pacjent z grupy)
- 17.20 Zebranie wiadomości z pierwszego dnia kursu – pytania i
odpowiedzi
- 18.00 Zakończenie pierwszego dnia szkolenia

Dzień drugi

- 9.00 Rozpoczęcie. Pytania i odpowiedzi dotyczące technik i testów
z poprzedniego dnia
- 9.20 Anatomiczne podstawy układu powięziowego . Ciągi
mięśniowo- powięziowe (prezentacja multimedialna)
- 10.00 Prezentacja testu wyrostu szyi
- 10.05 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 10.25 Aplikacja kliniczna kręgosłup szyjny
- 10.45 Przerwa kawowa
- 11.00 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 11.10 Prezentacja testu SLR
- 11.20 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 11.40 Aplikacja kliniczna zbieżności kolana
- 11.45 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 12.15 Aplikacja kliniczna dla podudzia i ścięgna achillesa
- 12.30 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 12.45 Test Patricka
- 13.00 Omówienie testów wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 13.15 Aplikacje mięśniowe mm. pośladkowy wielki i średni, biodrowy
- 13.30 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 14.35 Przerwa kawowa
- 14.00 Test górnej części tułowia i test obrzmienia tętnic
- 14.05 Aplikacje pochodne od testu
- 14.30 Aplikacje kliniczne dla blizn, łokcia tenisisty, stawu krzyżowo-
biodrowego
- 14.40 Omówienie aplikacji wykonanych przez uczestników,
korekta błędów
- 14.50 Podsumowanie kursu i wręczenie certyfikatów
- 15.00 Zakończenie kursu