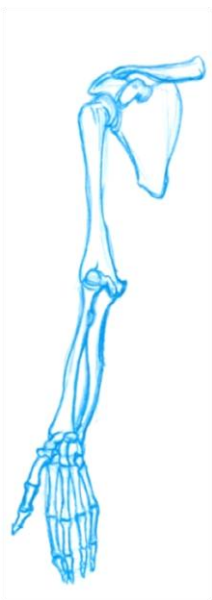


**Máte problémy s bolestí nebo tuhnutím rukou a zápěstí během své práce, nebo po práci? Zajímá vás proč a jak se toho zbavit?**

Odborný kurz podle principů konceptu Spiraldynamik®

# „Poznej a ochraň své ruce“



**21. 4. 2015 od 9:00 do 17:00**

- **Funkce horní končetiny** vzhledem k ontogenezi a fylogenezi
- Vztah **funkce HK k postavení hrudníku a lopatek** a jejich 3–D mobilizace
- Volný pohyb předloktí jako **klíč k prevenci syndromů v oblasti loketního kloubu**
- **Fasciálně-svalové řetězce HK**- jejich diagnostika a cílené uvolnění
- **Úchopová funkce ruky** a její terapie
- **Soubor cviků** pro nácvik vnímání pohybu a napětí HK a následnou relaxaci
- Aplikace **nových dovedností** pro řešení **konkrétních bolestivých syndromů HK**
- Využití archaických pohybových vzorců ruka-ústa, opora o HK a pohyb HK při lokomoci

Workshop je určen pro **ergoterapeuty, fyzioterapeuty, maséry** a další odbornosti, kde aktivně namáháte své ruce.

***V rámci workshopu se naučíte, jak zlepšit vnímání pohybu a napětí vlastních horních končetin a jak ošetřit jednotlivé segmenty pomocí práce na vlastním těle ve dvojicích i v autoterapeutickém cvičení.***

**Cena:** 1400,-Kč, zvýhodněná cena 1200,-Kč pro členy UNIFY a ČAE

**Lektor:** Štěpán HAŠKOVEC – fyzioterapeut

– asistent švýcarského pohybového konceptu **Spiraldynamik®**

**Místo:** FYZIO Aktiv - Centrum aktivní fyzioterapie, Milešovská 6, Praha 3

**Kontakt:** tel: 222 712 534, 774 939 169, info@fyzioaktiv.cz