

## **Zoga Therapy Wady Postawy**

**Czas trwania:** 42 h dydaktyczne

**Dodatkowe informacje :** [kontakt@medikos.com.pl](mailto:kontakt@medikos.com.pl)

**Tel:** 600447765

### **Uczestnik otrzymuje:**

- certyfikat ukończenia kursu;
- skrypt szkoleniowy;
- materiały szkoleniowe;
- fakturę (na życzenie);
- dużą dawkę praktycznych umiejętności.

Na szkoleniu otrzymasz wiedzę oraz umiejętności dotyczące: oceny prawidłowej postawy i ruchu oraz strategię terapeutyczne; omówienia interakcji stopy z podłożem i konsekwencji braku tej równowagi w reszcie ciała; tworzenia strategii dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa; stopa i kończyna dolna; technik skutecznie wpływających na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych; uzupełnienie technik manualnych o techniki kierowania ruchem; klatki piersiowej i kręgosłupa; nieprawidłowości występujących w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa. praca nad przywróceniem prawidłowej ruchomości i postawy ciała; spirali mięśniowo-powięziowej; omówienia przebiegu oraz analizy funkcjonalnej tego w jaki sposób zaburzenia napięcia w obrębie tych struktur będą wpływały na ustawienie stóp, kolan czy również miednicy względem klatki piersiowej; tkanek głębokich a wady postawy; tkanek głębokich, połączeń mięśniowo-powięziowe kończyn górnych i funkcjonalne połączenia tkanek w ciele.

Omówienie wymienionych przebiegów połączeń mięśniowo- powięziowych i korespondujących z nimi wad postawy. Nauka wybranych technik na tkankach głębokich. Ćwiczenia zalecane pacjentom do domu z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagać będą proces terapeutyczny.

### **PROGRAM KURSU:**

#### **1. Ocena prawidłowej postawy i ruchu oraz strategię terapeutyczne**

Omówienie interakcji stopy z podłożem i konsekwencjach braku tej równowagi w reszcie ciała. Tworzenie strategii dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa.

#### **2. Stopa i kończyna dolna**

Techniki skutecznie wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych. Uzupełnienie technik manualnych o techniki kierowania ruchem.

### **3. Klatka piersiowa i kręgosłup**

Nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa. Praca nad przywróceniem prawidłowej ruchomości i postawy ciała. Przeprowadzenie sesji pokazowej przez instruktora na pacjentce z zewnątrz. Praca kursantów na dzieciach.

### **4. Spirala mięśniowo-powięziowa**

Omówienie przebiegu oraz analiza funkcjonalna tego w jaki sposób zaburzenia napięcia w obrębie tych struktur będą wpływały na ustawienie stóp, kolan czy również miednicy względem klatki piersiowej. Druga sesja demo przeprowadzona przez instruktora oraz praca kursantów na dzieciach.

### **5. Tkanki głębokie a wady postawy**

Tkanki głębokie, połączenia mięśniowo-powięziowe kończyn górnych i funkcjonalne połączenia tkanek w ciele. Omówienie wymienionych przebiegów połączeń mięśniowo- powięziowych i korespondujących z nimi wad postawy. Nauka wybranych technik na tkankach głębokich. Ćwiczenia zalecane pacjentom do domu z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagać będą proces terapeutyczny.