**KURS KINESIOTAPINGU**

Plastrowanie dynamiczne (inaczej Kinesio Taping) – metoda terapeutyczna polegająca na oklejaniu wybranych fragmentów ciała plastrami o specjalnej strukturze, jest jedną z metod plastrowania. Została opracowana i spopularyzowana na początku lat osiemdziesiątych przez Japończyka Dr Kenzo Kase. Wykorzystuje się w niej specjalnie wytworzony plaster. Jest to plaster nieograniczający ruchów, rozciągający się tylko na długość, o ciężarze i grubości zbliżonych do parametrów skóry. Jest odporny na działanie wody i nie powoduje uczuleń dzięki specjalnemu klejowi, którym jest nasączony z jednej strony.

Jest to metoda terapeutyczna mająca szerokie zastosowanie. **Odpowiednia aplikacja taśm ma działanie/wykorzystanie:**

* przeciwbólowe
* redukuje sińce ,obrzęki limfatyczne – opuchlizny
* redukcja blizn
* rozluźniające w stanach napięcia mięśni
* bóle kostne i stawowe
* urazy, skręcenia, zwichnięcia, nadwyrężenia
* zaparcia
* bóle menstruacyjne
* haluksy

**Wykorzystuje się w terapii pacjentów z:**

* zaburzeniami równowagi mięśniowej
* wadami postawy
* schorzeniami układu krążenia
* urazami więzadeł, ścięgien i stawów
* bliznami oraz sklejeniami powięzi
* patologicznymi wzorcami ruchowymi
* schorzeniami neurologicznymi

**DLA KOGO:**  
Kurs przeznaczony dla fizjoterapeutów, masażystów, trenerów i instruktorów sportowych oraz wszystkich osób zainteresowanych poznaniem metody Kinesiotapingu ze znajomością podstaw anatomii fizjologii człowieka.

**PROGRAM:**

* podstawy anatomii i fizjologii
* właściwości plastra
* wskazania i przeciwwskazania do zabiegu
* działanie kinesiotapingu na poszczególne układy
* zalety terapii
* przygotowanie do zabiegu
* zasady i metodyka zabiegu

**ZASTOSOWANIE:**

* bóle kręgosłupa
* bóle kolan
* dolegliwości bólowe barku
* bolesność okolic przyczepów (np. łokieć tenisisty)
* stan po skręceniach i zwichnięcia stawów
* dolegliwości ze strony ścięgna Achillesa
* obrzęki, niestabilność stawów, uszkodzenia mięśni, więzadeł
* usprawnienie procesów gojenia po urazach i operacjach (np. po rekonstrukcji więzadeł krzyżowych, lub szyciu ścięgna Achillesa).
* podniesienie sprawności i wydolności a także zmniejszenie ryzyka kontuzji, podczas uprawiania sportu
* korekcja wad postawy (np. Skolioza)
* blizny, krwiaki
* wskazania do drenażu limfatycznego - zaburzenia krążenia chłonki, po urazach lub w okresie ciąży.
* dysfunkcje spowodowane nieprawidłową pracą układu receptorowo - mięśniowo - powięziowego np. trudność w utrzymaniu równowagi, dysfunkcje oddechowe takie jak duszność.

**CZAS TRWANIA:** 8 h szkoleniowych

**GRUPA:** 10 osób

**TERMIN:** po zebraniu grupy (sobota)

**MIEJSCE REALIZACJI:** **Centrum Kształcenia Praktycznego i Ustawicznego w Górze**

ul. B. Głowackiego 1, 56-200 Góra  
Telefon: 065 543 24 68  
Adres e-mail: [ckpiu@ckpiu.edu.pl](mailto:%20ckpiu@ckpiu.edu.pl)

**KOSZT UCZESTNICTWA:** 190 zł

**CENA OBEJMUJE:** uczestnictwo w zajęciach, materiały szkoleniowe, 2 taśmy Kinesio, zaświadczenie o ukończeniu kursu.

**UWAGI ORGANIZACYJNE:** Na zajęcia należy zabrać ze sobą strój sportowy, ręcznik, obuwie zmienne oraz ostre nożyczki do cięcia taśmy.