



Vědomé posilování

Informované, specifické a efektivní využití posilovacích cvičení ve fyzioterapii

Cílem kurzu je poskytnout fyzioterapeutům a dalším odborníkům komplexní pohled na posilování, aby se ho v praxi nebáli využít a jejich intervence byla co nejkvalitnější.

Termín: 10. 10. 2026

Orientační harmonogram

8:45–9:00 Registrace účastníků

9:00–10:00 Úvod, představení lektora, očekávání účastníků, cíle a účel semináře

10:00–10:30 Lidské tělo a pohyb, nástroje fyzioterapeuta, kam patří posilování?

10:30–12:00 Principy kondiční a vědomé složky posilování – teorie

12:00–13:00 Přestávka na oběd

13:00–14:00 Ukázky cvičení propojující zmíněné principy

14:00–14:30 Problémy s posilováním v ambulanci fyzioterapeuta

14:30–15:00 Vědomé posilování v praxi - vlastní cvičení

15:00–16:00 Adherence pacienta k posilování – klíčové komunikační principy, praktická revize vlastního cvičení

16:00–16:30 Prostor na dotazy a diskuzi

Více: <https://www.ckpsamova.cz/seminar/vedome-posilovani-a-kinezioterapie/>