

Program

RockPods (baňkování)

Na tomto intenzivním kurzu se zaměříme na efektivní začlenění baňkování do praxe. Odhalíme historii této fascinující metody a prozkoumáme její dekompresní účinky a mechanismus působení na základě nejnovějších vědeckých poznatků. Získáte hlubší pochopení o vlivu baňkování na vnímání bolesti a mobilizaci měkkých tkání, a to vše podložené praktickými příklady a ukázkami. Kurz zahrnuje praktickou část, kde se naučíte základní i pokročilé techniky baňkování s využitím silikonových baňek a podtlakového přístroje s pumpičkou, a to jak ve statických, tak v dynamických aplikacích. Vyzkoušíte si různé volení podtlaku baňek a stupňovanou aplikaci na tkáně jak pasivními, tak aktivními technikami. Připravte se na prohloubení vašich znalostí o aplikaci baňkování v různých oblastech těla a integraci této techniky do moderních terapií.

Teoretická část v bodech:

Historie baňkování

Dekompresní efekt

Mechanismus účinku

Výzkum

Baňky

Terapeutická rozvaha

Strategie baňkování

Bleskové baňkování

Suché baňkování s pohybem

Dynamické baňkování

Senzomotorický trénink

Baňkování při nervovém entrapmentu

Mobilizace jizvy

Můžete se těšit na ukázky vyšetření a aplikace (různé přístupy a stupně aplikace), přičemž se bavíme jak o vnějším, tak vnitřním skluzu a zapojení baňkování do moderní terapie.

Ukážeme si, jak baňky využívat při pohybu a terapeutických cvičeních, tak při pasivní, rozšířené manuální terapii měkkých tkání. V praxi řešíme několik oblastí a možností aplikace od regionů zad, ramen a horních končetin až po nohy. Zmíníme si také baňkování při navádění pohybu, nervových entrapmentech, nebo práci s jizvou.

Praktická část v bodech:

Vnější a vnitřní skluz

Stupňovaná mobilizace dle Maitlenda

Dvoubodová diskriminace

Bleskové baňkování a mřížka (senzorické baňkování)

Ukázky aplikací (variace) v oblasti trupu (bolest spodní části zad, specifické baňkování m. quadratus lumborum, hrudní páteř, krční páteř)

Ukázky aplikací na horní končetině (lopatka, rameno, prsní sval, tenisový a golfový loket, extenzory a flexory ruky a dlaň ruky)

Ukázky aplikací na dolní končetině (flexory kyčle, přední strana stehen, zadní strana stehen, koleno, lýtko a oblast Achillovy šlachy, holeň - m. tibialis anterior a posterior, ploska nohy a pata)

Práce s jizvou

Nervový entrapment (n. ischiadicus, n. medianus)

Ukázka dynamického baňkování se skluznými baňkami

V ceně kurzu RockPods (kufřík s baňkami) hodnotě cca 1800 Kč

Kurz je designovaný tak, aby poskytl komplexní pochopení a praktické dovednosti, které můžete ihned začlenit do své praxe. Po jeho úspěšném absolvování obdržíte certifikát.

Délka: 40 videí - 3,5 hodiny