

Posturální terapie FitPainFree®

úvodní workshop

Posturální terapie
FitPainFree® odstraňuje
chronické i akutní muskuloskeletální
poruchy a zvyšuje funkční mobilitu

24.5.2025, čas 14,00 – 17,00 hod., Praha





Tato školící akce je doporučena pro lékaře, fyzioterapeuty, porodní asistentky i zdravotní sestry a další zdravotnický personál.

Uděleno souhlasné stanovisko UNIFY ČR k zařazení akce do celoživotního vzdělávání a je ohodnoceno kreditními body.

Obsah školení:

Teorie

- posturální terapie FitPainFree® - cesta k odstranění chronických i akutních muskuloskeletálních poruch
- nový pohled na aktivaci zadního svalového řetězce
- diagnostika svalových dysbalancí a identifikace nefunkčních pohybových vzorců pomocí cviků metody FitPainFree®
- metodika izolovaného pohybu pro eliminaci substitučních mechanismů
- holistický přístup k řešení problémů pohybového aparátu

Praxe

- cviky pro posturální zarovnání a jeho obnovu
- cviky především v lehu, ale i v sedu a ve stoji
- práce s metodickým materiálem (zásobník cviků)
- implementace metody do vaší praxe

Lektor: Hana Toufarová jr.

Termíny a místo konání: 24.5.2025 v čase 14,00 – 17,00, studio Yogarden, Letenské náměstí 156/1, Praha

Počet účastníků: max. 15 (min. 7)

Kurzovné: 1870,- Kč vč. DPH (pro členovy UNIFY ČR sleva 10%, slevový kód UNIFY10)

S sebou: sportovní oblečení na praktickou část výuky, podložku na cvičení, psací potřeby.

Tato školící akce je doporučena pro lékaře, fyzioterapeuty, porodní asistentky i zdravotní sestry.

Zakončení studia:

Absolvent školící akce získá potvrzení o účasti bez závěrečné teoretické či praktické zkoušky. Účastníci workshopu obdrží metodické materiály.