



**RASPORED PREDAVANJA
U OKVIRU SEMINARA**

**Funkcionalna procena i
terapija po Jandi i Levitu**

www.fiziovracar.com

I DEO: Funkcionalna procena stereotipnih pokreta I terapija Jandin pristup

1. Dan

9.00 – 10.30 Analiza mišićnih disbalansa u stojećem položaju

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Analiza mišićnih disbalansa u stojećem položaju

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Šest osnovnih mišićnih obrazaca

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Šest osnovnih mišićnih obrazaca

2. Dan

9.00 – 10.00 Evaluacija i terapija mišića pod tenzijom

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Evaluacija i terapija mišića pod tenzijom

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Evaluacija hipemobilnosti

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Metod senzomotorne stimulacije – Uvod i indikacije

3. Dan

8.00 – 10.30 Evaluacija, Stimulacija, Malo stopalo, Posturalne korekcije

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Polukoraci i iskoraci, Uređaji i Pomagala

12.30 – 13.00 Pauza

13.00 – 14.00 Vežbe na balansnoj ploči

II DEO: Funkcionalna procena I terapija zasnovana na fenomenu barijere & tehnike samopomoci – mekotkivne tehnike - po Levitu

Cervikalna kičma

1. Dan

9.00 – 10.30 Koncept fenomena barijere

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Meko tkivne tehnike – Koža,vezivno tkivo,fascija

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Terapija triger tačaka, periostalnih tacaka I mišića pod tenzijom, kao i aktivnih ožiljaka

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Postizometrička misicna relaksacija (PIR) – Uvod,osnovni principi

2. Dan

9.00 – 10.30 Fascijalne tehnike u predelu cervikalne kičme

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 PIR Tehnike u predelu cervikalne kičme

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 PIR Tehnike u predelu cervikalne kičme

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Mobilizacione tehnike u predelu cervikalne kičme

3. Dan

8.00 – 10.30 Mobilizacione tehnike u predelu cervikalne kičme

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Mobilizacione tehnike u predelu cervikalne kičme

12.30 – 13.00 Pauza

13.00– 14.00 Mobilizacione tehnike u predelu cervikalne kičme

III DEO: Fascijalne, Relaksacione I Mobilizacione tehnike u predelu torakalne kičme i gornjih ekstremiteta

1. Dan

9.00 – 10.30 Ponaljanje mekotkivnih tehnika, koncept I tehnika za cervikalni deo kičme

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Fascijalne tehnike u predelu torakalne kičme

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Fascijalne tehnike za gornje ekstremitete

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 PIR za predeo torakalne kičme

2. Dan

9.00 – 10.30 PIR za gornje ekstremitete

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 PIR za gornje ekstremitete

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Mobilizacione tehnike za predeo torakalne kičme

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Mobilizacione tehnike za predeo torakalne kičme

3. Dan

8.00 – 10.30 Mobilizacione tehnike u predelu torakalne kičme

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Mobilizacione tehnike za gornje ekstremitete

12.30 – 13.00 Pauza

13.00 – 14.00 Mobilizacione tehnike za gornje ekstremitete

IV DEO: Fascijalne, Relaksacione I Mobilizacione tehnike u Lumbalnom delu I za donje ekstremitete

1. Dan

9.00 – 10.30 Ponavljanje tehnika za torakalni deo kičme I gornje ekstremitete

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Fascijalne tehnike u lumbalnom delu

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Fascijalne tehnike za donje ekstremitete

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 PIR za lumbalni deo

2. Dan

9.00 – 10.30 PIR za donje ekstremitete

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 PIR za donje ekstremitete

12.30 – 13.30 Ručak

13.30 – 15.00 Mobilizacione tehnike za lumbalni deo

15.00 – 15.30 Pauza

15.30 – 17.00 Mobilizacione tehnike za lumbalni deo

3. Dan

8.00 – 10.30 Mobilizacione tehnike za lumbalni deo

10.30 – 11.00 Pauza

11.00 – 12.30 Mobilizacione tehnike za donje ekstremitete

12.30 – 13.00 Pauza

13.00 – 14.00 Mobilizacione tehnike za donje ekstremitete

14.15 - Podela sertifikata