

odborný kurz

3D FUNKCE TRUPU

PRVNÍ DEN:

- Funkční anatomie a biomechanika trupu v praxi a prožitku (9:00 – 11:00) Gruberová
- Fyziologické a nefyziologické řetězení pohybu (11:00 – 13:00) Gruberová
- Diagnostika z pohledu funkční anatomie (14:00 – 16:00) Gruberová
- Možnosti řešení funkčních poruch (16:00 – 18:00) Jiráková

DRUHÝ DEN:

- Individuální práce s uvědoměním mobility pánve, hrudníku a páteře (9:00 – 13:00) Gruberová
 - Skupinové lekce s integrací do jógy, tance a pilates (14:00 – 15:00) Jiráková
 - Ukázky využití rehabilitačních pomůcek v terapii (15:00 – 16:00) Jiráková
-