

W dniach 22 – 23 stycznia 2014r. na terenie OREW zorganizowano kurs **Kinezytapingu KT1 i KT2** prowadzonego przez wykładowców Kinezytaping Polska z siedzibą w Warszawie.

Kurs trwał dwa dni i obejmował tematykę dotyczącą teorii i praktyki:

- Historia i filozofia Kinezytapingu
- Omówienie właściwości plastrów do Kinezytapingu
- Metodyka oklejania plastrami -techniki etc.
- Najczęstsze kontuzje w sporcie, oklejenia stabilizujące oraz przeciwbólowe
- Oklejanie mięśniowe, powięziowe, przestrzenne
- Wady postawy u dzieci i dorosłych
- Oklejenia głównych grup mięśniowych
- Testy przesuwalności powięzi
- Techniki kinezytapingu w obrębie kończyny górnej oraz grzbietu

oraz zajęć praktycznych:

- Oklejanie mięśniowe, powięziowe, więzadłowo - ścięgnowe, limfatyczne, przestrzenne oraz funkcjonalne
- Przykłady zastosowania kinezytapingu na uczestnikach kursu kończyna dolna
- Oklejenia specjalistyczne - menstruacyjne, przeciwbólowe etc.
- Omówienie układu limfatycznego (oklejenia limfatyczne)
- Zastosowane kinezytapingu w kosmetologii (oklejenia antycellulitowe oraz po zabiegach takich jak (implanty piersi czy liposukcji)
- Oklejenie kosmetyczne
- Zadawanie pytań i poruszanie problemów z ,którymi spotykamy się w codziennej pracy (luźna dyskusja z prowadzącym)
- Rozdanie certyfikatów.

Było bardzo pracowicie i konkretnie.