

## Zróżnicowane metody terapii tkanek miękkich

Szkolenie II-modułowe, 40 godzin szkoleniowych

### Moduł I-II

1. Podstawy teoretyczne masażu tkanek głębokich
2. Przedstawienie narzędzi w pracy masażem tkanek głębokich
3. Przedstawienie technik wykorzystywanych w masażu tkanek głębokich
4. Masaż tkanek głębokich w obrębie kończyny dolnej (stopa, podudzie, udo, pośladek)
5. Techniki manualne dla restrykcji stawowych w obrębie kończyny dolnej (st. Skokowy, kolanowy, biodrowy)
6. Masaż tkanek głębokich w obrębie kończyny górnej (dłoń, przedramię, ramię, bark)
7. Techniki manualne dla restrykcji stawowych w obrębie kończyny górnej
8. Masaż tkanek głębokich w obrębie tułowia (odcinek szyjny, piersiowy, lędźwiowy kręgosłupa, klatka piersiowa, brzuch)
9. Techniki manualne dla restrykcji stawowych w obrębie górnego kwadrantu ciała.
10. Podstawy teoretyczne terapii trigger points
11. Technika ischemiczna w terapii punktów spustowych – obręcz barkowa i kończyna górna. Technika ischemiczna w terapii punktów spustowych – obręcz biodrowa, kończyna dolna i kręgosłup.
12. Terapia punktów spustowych z wykorzystaniem techniki Positional Release.
13. Wykorzystanie pracy punktami spustowymi w najczęstszych zespołach bólowych.
14. Praca nad restrykcjami powięziowymi w najczęstszych jednostkach klinicznych w obrębie górnego i dolnego kwadrantu.

#### ELSPINI Piotr Michalik

Pl. Skrzeka i Wójcika 6b/13  
41-106 Siemianowice  
NIP: 6431409518  
REGON: 277809630

Piotr Michalik tel.: 694 979 743, piotrmichalikk@gmail.com  
Paweł Mazur tel.: 600 429 346, pawelmazur.p@gmail.com  
Barbara Marcinek tel.: 692 066 350, barbara.marcinek@gmail.com  
<http://www.elspini.pl>



Standard Usług  
Szkoleniowo-Rozwojowych

**Trener prowadzący: mgr Tomasz Nowacki**

Śląski Uniwersytet Medyczny – stanowisko: wykładowca Zakład Balneoklimatologii i Odnowy Biologicznej;

Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach – stanowisko: wykładowca Podyplomowe Studium Odnowy Biologicznej;

Współprowadzący szkoleni z zakresu:

- terapia manualna wg standardów IFOMPT;
- reedukacja lokalnej stabilizacji kręgosłupa;
- nowoczesna koncepcja stabilizacji kończyn;
- stabilizacja odcinka szyjnego kręgosłupa i stawu skroniowo – żuchwowego;

Współprowadzący kurs „Diagnostyka i nowoczesne metody usprawniania stawu kolanowego.” Europejskie Centrum Doskonalenia Zawodowego „Omega” – stanowisko: wykładowca. Reprezentacja Polski M-16 w Hokeju na Trawie – stanowisko: fizjoterapeuta;

**ELSPINI Piotr Michalik**

Pl. Skrzeka i Wójcika 6b/13

41-106 Siemianowice

NIP: 6431409518

REGON: 277809630

Piotr Michalik tel.: 694 979 743, piotrmichalikk@gmail.com

Paweł Mazur tel.: 600 429 346, pawelmazur.p@gmail.com

Barbara Marcinek tel.: 692 066 350, barbara.marcinek@gmail.com

<http://www.elspini.pl>



Standard Usług  
Szkoleniowo-Rozwojowych