

Naslov izpopolnjevanja	MOVEMENT AND LOADING ANALYSIS FOR MOTOR BEHAVIOR THERAPY LUMBAR SPINE AND SIJ	Število dni Prisotnost skupaj	5 40 ur (1h=60min)
---------------------------	---	--------------------------------------	------------------------------

1.DAN	URA	UČNA METODA	TRAJANJE (min)	VSEBINA
	8.30-9.00		30	Registracija
	9.00-10.00	Predavanje	60	Patogeneza bolezni in subklasifikacija
	10.00-10.30	Predavanje	30	Mehanizmi obremenitve tkiva: Biomehanska izpostavljenost obremenitvi
	10.30-10.45			<i>Odmor</i>
	10.45-11.30	Predavanje, praktično delo	45	Mehanizmi obremenitve tkiva: Vzorec gibanja in nadzor translacije
	11.30-12.00	Predavanje	30	Nevtralno pozicioniranje hrbtenice: Teorija in rehabilitacija
	12.00-13.00	Predavanje, praktično delo	60	Nevtralno pozicioniranje hrbtenice: Rehabilitacija (nadaljevalnje)
	13.00-14.00			<i>Odmor za kosilo</i>

	14.00-14.30	Predavanje	30	Osnove motorične kontrole sklepa in gibalnega vzorca
	14.30-15.00	Predavanje	30	Rehabilitacija m.multifidus
	15.00-15.15			<i>Odmor</i>
	15.15-16.00	Predavanje, praktično delo	45	Rehabilitacija m.multifidus (nadaljevanje)
	16.00-17.00	Predavanje, praktično delo	60	Ocena dihanja in rehabilitacija
	17.00-.18.00	Praktično delo	60	Samostojno delo v skupinah

2.DAN	URA	UČNA METODA	TRAJANJE (min)	VSEBINA
	9.00-10.00	Predavanje, praktično delo	60	Rehabilitacija m. psosas major
	10.00-10.30	Predavanje, praktično delo	30	Rehabilitacija m. transversus abdominis
	10.30-10.45			<i>Odmor</i>
	10.45-11.30	Predavanje, praktično delo	45	Rehabilitacija m. psoas, m. transversus abdominis (nadaljevanje)
	11.30-12.00	Predavanje	30	Nadzor translacije in problematika
	12.00-13.00	Predavanje, praktično delo	60	Diagnostični testi za SIJ sklep
	13.00-14.00			<i>Odmor za kosilo</i>
	14.00-14.30	Predavanje, praktično delo	30	Rehabilitacija mišic medeničnega dna in integracija lokalnega cilindra
	14.30-15.15	Predavanje, praktično delo	45	Integracija v funkcijo
	15.15-15.30			<i>Odmor</i>
	15.30-16.15	Predavanje, praktično delo	45	Ocena in terapija motorične kontrole giba in gibalnega vzorca
	16.15-17.00	Predavanje, praktično delo	45	Uvod v fleksijske obremenitvene teste ledvene hrbtenice in rehabilitacija
	17.00-18.00	Praktično delo	60	Samostojno delo v skupinah

3.DAN	URA	UČNA METODA	TRAJANJE (min)	VSEBINA
	9.00-10.30	Predavanje, praktično delo	90	Fleksijski obremenitveni testi ledvene hrbtenice in rehabilitacija (nadaljevanje)
	10.30-10.45			<i>Odmor</i>
	10.45-12.00	Predavanje, praktično delo	75	Uvod v ekstenzijske obremenitvene teste ledvenega dela hrbtenice in rehabilitacija
	12.00-13.00	Predavanje, praktično delo	60	Ekstenzijski obremenitveni testi ledvene hrbtenice in rehabilitacija (nadaljevanje)
	13.00-14.00			<i>Odmor za kosilo</i>
	14.00-15.30	Predavanje, praktično delo	90	Uvod v rotacijske obremenitvene teste ledvene hrbtenice in rehabilitacija
	15.30-16.00			<i>Odmor</i>
	16.00-17.00	Predavanje	60	Rotacijski obremenitveni testi ledvene hrbtenice in

				rehabilitacija (nadaljevanje)
	17.00-.18.00	Praktično delo	60	Samostojno delo v skupinah

4.DAN	URA	UČNA METODA	TRAJANJE (min)	VSEBINA
	9.00-10.30	Predavanje, praktično delo	90	Rotacijski obremenitveni testi ledvene hrbtenice in rehabilitacija (nadaljevanje)
	10.30-10.45			<i>Odmor</i>
	10.45-11.00	Predavanje	15	Povzetek
	11.00-11.30	Predavanje, praktično delo	30	Načela mišičnega neravnovesja
	11.30-13.00	Predavanje, praktično delo	90	Uvod v mišično neravnovesje in rehabilitacijo
	13.00-14.00			<i>Odmor za kosilo</i>
	14.00-15.15	Predavanje, praktično delo	75	Mišično neravnovesje in rehabilitacija (nadaljevanje)
	15.15-15.30			<i>Odmor</i>
	15.30-17.00	Predavanje, praktično delo	90	Mišično neravnovesje in rehabilitacija (nadaljevanje)
	17.00-18.00	Praktično delo	60	Samostojno delo v skupinah

5.DAN	URA	UČNA METODA	TRAJANJE (min)	VSEBINA
	9.00-9.30	Predavanje	30	Uvod v načela mišičnega streatchinga
	9.30-10.30	Predavanje, praktično delo	60	Mišični streatching: ocena in rehabilitacija
	10.30-10.45			<i>Odmor</i>
	10.45-12.00	Predavanje, praktično delo	75	Mišični streatching: ocena in rehabilitacija (nadaljevanje)
	12.00-13.00	Predavanje, praktično delo	60	Klinično sklepanje v motorično – vedenjski terapiji za sacroiliakalni sklep in ledeveni hrbtenic
	13.00-14.00			<i>Odmor za kosilo</i>
	14.00-15.15	Predavanje, praktično delo	75	Klinično sklepanje v motorično – vedenjski terapiji za sacroiliakalni sklep in ledeveni hrbtenici
	15.15-15.30			<i>Odmor</i>
	15.30-16.30	Predavanje, praktično delo	60	Študije primerov in integracija v prakso
	16.30-17.00	Predavanje	30	Povzetki
	17.00-.18.00	Praktično delo	60	Samostojno delo v skupinah

Organizator in predavatelj si pridružujeta pravico do spremembe v urniku glede na potrebe ter želje udeležencev, ki ne vplivajo na obseg ali vsebino tečaja.