

REHABILITACIJA SPORTAŠA 1

**ZAGREB,
7. – 8. STUDENOG 2020**



Izvoditelj i predavač

Seminar organizira Higeja u suradnji s iskusnim sportskim fizioterapeutom Ivanom Didovićem.



Sadržaj seminara

- Sportske ozljede i prevencija
- Sportska masaža
- Pasivna istezanja sportaša
- Kineziotejping
- Manipulativne tehnike
- Simulacija ili prikaz praktičnog tretiranja sportaša

Polaznici seminara tretmane provode jedni na drugima, tako da je svaki polaznik i terapeut i pacijent.

Sportske ozljede

Sportske ozljede karakteriziraju funkcionalni ispadi koji onemogućuju sportsku aktivnost. Ozljede mogu nastati u pripremnom periodu, na treningu ili natjecanju. Ozljede mogu biti posljedica jedne traume, više trauma ili mikro trauma, te preopterećenja.

Koje tehnike izvodimo?

Kod tretiranja sportaša najčešće koristimo tehnike:

- sportske masaže,
- pasivnog istezanja,
- kineziotejpinga i
- tehnika manipulacije kralježnice i zglobova.

Sportska masaža kao dio rehabilitacije predstavlja pripremu za nastup ili natjecanje, te njegu zdravlja sportaša i poboljšanje psihofizičkog stanja.

Pasivno istezanje kod sportaša koristi se kao sredstvo za optimalni razvoj fleksibilnosti i redukciju mišićne napetosti, odnosno tjelesnu i mentalnu relaksaciju.

Kineziotejping je tehnika apliciranja specijalnih traka na određeni dio tijela. Bandažiranjem mišićnih vlakana sa samoljepljivim elastičnim trakama učinkovito djelujemo kod bolova u mišićima i zglobovima.

Manualna terapija dio je manualne medicine koja ima za cilj temeljito proučiti i tretirati poremećaje mišićno-koštanog sustava koristeći manualne metode i tehnike. Funkcionalne smetnje najčešći su uzrok boli u lokomotornom aparatu, a manualna je terapija najprirodniji oblik liječenja.

Više o predavaču ...



Ivan Didović, mag. physio

Magistar fizioterapije, dugi niz godina radio je u Američkom kiropraktičkom centru u Rijeci, a trenutno radi u centru za rehabilitaciju na otoku Krku.

Posljednjih 15 godina je fizioterapeut ATP turnira u Umagu gdje je svoju vještinu imao prilike brusiti na većini vodećih svjetskih tenisera poput Novaka Đokovića i Rafaela Nadala. Osim s tenisačima radi i nizom drugih istaknutih sportaša.

Predavačko iskustvo stjecao je na Šoli za maserje u terapevte Higeja u Ljubljani. Vanjski je suradnik i naslovni predavač na Fakultetu zdravstvenih studija Sveučilišta u Rijeci, na Akademiji za manualnu terapiju u Ljubljani i na Alma Mater Europea Slovenija.

Uvjeti za pohađanje seminara

Seminar je namijenjen fizioterapeutima i drugim zdravstvenim djelatnicima, manualnim terapeutima, maserima sportske i terapijske masaže, sportskim trenerima i drugim osobama iz srodnih područja.

Seminar je primjeren i za studente viših godina iz spomenutih struka.

Certifikat

Na kraju seminara dobit ćete certifikat o završenom seminaru.



Datum i mjesto seminara

Seminar će se održavati dva dana:

- u subotu, 7. studenog 2020. od 9 do 16
- u nedjelju, 8. studenog 2020. od 9 do 16

Seminar će se održati u Hotelu Antunović na adresi Zagrebačka avenija 100 u Zagrebu (dvorana Tomislav 1 sekcija).



Oprema i drugi zahtjevi

Na seminaru ćete dobiti skriptu Rehabilitacija sportaša na hrvatskom jeziku.

Savjetujemo Vam da prije početka seminara osvježite znanje anatomije i fiziologije.

Obucite se u udobnu odjeću ili trenirku te sa sobom ponosite laganu obuću, platu ili ručnik, bilježnicu, olovku i užinu.



Cijena i način plaćanja

Cijena seminara iznosi **2.889,00 kn** i uključuje sav potreban radni i nastavni materijal. Nismo obveznici PDV-a.

Iznos seminara treba podmiriti do roka prijave, odnosno do popunjavanja mjesta.

Prije uplate nas svakako nazovite da provjerimo ima li slobodnih mjesta!



Ako na prijavljenom seminaru, iz bilo kojeg opravdanog razloga ne možete prisustvovati, obavezno nas obavijestite barem pet dana prije početka istog. Uplaćeni iznos ne vraćamo, ali ga možete iskoristiti bilo kada i za bilo koji naš seminar.

Iznos uplatite na žiro račun Higeje d.o.o., Podpinjol 41, 51000 Rijeka, IBAN HR2825030071100070983, poziv na broj 00 04. Potvrdu o uplati obavezno ponesite sa sobom na seminar.

Zašto prisustvovati seminaru?

- jer imate jedinstvenu priliku učiti o rehabilitaciji sportaša od vrhunskog majstora
- jer vam kod primjene terapije osiguravamo visok stupanj sigurnosti i kompetencije
- jer ćete usvojiti novu vještinu koju ćete odmah moći primijeniti u svojoj praksi
- jer ćete se upoznati s terapijama koje su temeljene na znanstvenim spoznajama.



Postupak i rok prijave

Ako se odlučite za seminar, ispunjenu prijavnicu nam pošaljite e-poštom. Prilikom prijave uplatite kotizaciju za seminar.

Prijavnicu možete ispuniti na <https://higeja.hr/> u rubrici **Seminar rehabilitacije sportaša** te je ispunjenu pošaljite na info@higeja.hr.

Po provjeri raspoloživosti slobodnih mjesta uplatite kotizaciju za seminar.



Zadnji rok za prijavu na tečaj je **4. studenog 2020.**

Kontakt

HIGEJA
PODPINJOL 41, RIJEKA

Telefon:
091 1711 378
091 5932 920

Adresa elektroničke pošte za informacije i upis:
info@higeja.hr

Transakcijski račun:
IBAN: HR2825030071100070983

WWW.HIGEJA.HR



www.facebook.com/higeja.hr



Radujemo se susretu s Vama!