

## Faskiat manuaaliterapiassa ja harjoitusterapiassa (3 op)

Lähiopetuspäivät:	Osa 1:	11.-12.12.2023 (ma-ti)
	Osa 2:	29.-30.1.2024 (ma-ti)
	Osa 3:	6.-7.3.2024 (ke-to)
Paikka:	Kuntoutuskouluttajat, Pasilankatu 14, 00240 Helsinki	
Kohderyhmä:	Fysioterapeutit, hierojat ja alan opiskelijat. max 20 osallistujaa	
Kouluttaja:	Jarmo Ahonen, fysioterapeutti, tietokirjailija, pilateskouluttaja	
Koulutuksen laajuus:	3 op (6 päivää sekä ennakko- ja välitehtävät)	
Hinta:	Suomen Kuntoutusyritykset ry:n jäsenet 1410 € + alv 24% Normaalihinta 1530 € + alv 24% (6 pv)	

### KOULUTUKSEN SISÄLTÖ:

- Harjoitteluterapian ja faskiaalisen hoidon yhdistäminen parhaan kuntoutustuloksen takaamiseksi tule-ongelmissa •

**OSA 1: Maanantai 11.12.2023 klo 9-16.30** (Aamukahvi klo 8.45, lounas 12-13, iltapäiväkahvit klo 14.30)

- Koulutuksen ja osallistujien esittely
- Faskian historia ja merkitys. Mitä sonopalpaatio on paljastanut faskioiden liikkeistä?
- Faskian tutkiminen palpoiden ja hoidossa käytettyjä otteita
- Kaularangan alueen myofaskiaalinen käsittely
- Hartiarenkaan toiminta ja faskiaalinen käsittely

**Tiistai 12.12.2023 klo 8.30-16** (aamukahvi klo 8.15, lounas 12-13, iltapäiväkahvi 14.15)

- Hartiarenkaan ja käsivarren myofaskiaalinen käsittely; demo ja harjoitus. Ennakkotehtävät.
- Yläraajan ja kaularangan harjoitteet faskian näkökulmasta
  - Yläselän ja rintakehän alueen faskiaalinen käsittely

**OSA 2: Maanantai 29.1.2024 klo 9-16.30** (aamukahvi klo 8.45, lounas 12-13, iltapäiväkahvi 14.30)

- Faskian toiminta ja sensorinen merkitys
- Lanneselän ja vatsan alueen käsittely
- Lantion alue takaa ja mediaalisesti; tutkiminen ja myofaskian käsittely
- Lonkka edestä ja lateraalisivulta; tutkiminen ja myofaskian käsittely
- Lonkan ja lantion harjoitteet

**Tiistai 30.1.2024 klo 8.30-16** (aamukahvi klo 8.15, lounas 12-13, iltapäiväkahvi 14.15)

- Välitehtävien läpikäynti
- Alaraajan faskiat; anatomia ja demo
- Alaraajan faskiakäsittelyjen harjoittelua; polven ja reiden alue
- Alaraajan faskiakäsittelyjen harjoittelua; säären ja nilkan alue

**OSA 3: Keskiviikko 6.3.2024 klo 9-16.30** (aamukahvi klo 8.45, lounas 12-13, iltapäiväkahvi 14.30)

- Alaraajan biomekaniikka ja yleiset virheet
- Alaraajan liikehäiriöiden hoito ja harjoittelu sekä teippaus
- Käytännön harjoituksia, kertausta ja demonstraatioita

**Torstai 7.3.2024 klo 8.30-16** (aamukahvi klo 8.30, lounas 12-13, iltapäiväkahvi 14.15)

- Välitehtävien läpikäynti
- TMD eli Temporomandibular Dysfunction / purentahäiriöt ja leukanivelen toiminta
- Leukanivelen ja purentalihasten tutkiminen, hoito ja harjoittelu
- Yhteenveto koulutuksesta ja osallistujien kysymyksiä
- Koulutuksen päätös ja todistusten jako



Koulutuksen järjestää Suomen Kuntoutuskouluttajat Oy

Ilmoittautuminen: [www.kuntoutuskouluttajat.fi](http://www.kuntoutuskouluttajat.fi) Lisätiedot: Mari Visakko / 0400 737 256 [info@kuntoutuskouluttajat.fi](mailto:info@kuntoutuskouluttajat.fi)