

FIT PO PORODU

Datum konání	Kód akce	Poznámka
08. 06. 2019	3206	

Typ akce: workshop

Školitel: Daniela Císařová, DiS, Centrum péče o matku a dítě, Písek

Určeno pro: fyzioterapeuty, cvičitele, porodní asistentky

Místo konání: fyzio P, Klatovy

Začátek-konec: so 9.00 - 16.30

Rozsah: 10 výukových hodin

Cena: 1850,- Kč

AKCE: Při současné přihlášce na workshop **Trénink svalů pánevního dna - PFMT** nebo **Fit v těhotenství** - **SLEVA 300,- Kč** ze součtu kurzovního. Pokud se přihlásíte na všechny tři akce, pak je **SLEVA 450,- Kč**. Platbu proveďte jednu s VS kódů všech akcí a částkou po odečtu slevy.



Praktický workshop pro fyzioterapeuty a cvičitele o tom, jak udržet ženy po porodu v kondici. Workshop povede Daniela Císařová.

Teoretické okruhy:

- Globální změny v pohybovém systému a jejich ovlivnění
- Vzájemná spolupráve svalů pánevního dna, bránice-CORE
- Poporodní komplikace
- Skriningové vyšetření a poporodní rehabilitace
- Specifické vyšetření a řešení poporodních komplikací

Praktická část:

- Synergie dechu – bránice a pánevní dna
- Stabilita pánve
- Uvolnění bránice
- ADL, nošení dítěte – optimální zapojení trupu
- Poporodní cvičení a systematické přidávání zátěže

Kontakt: tel.: 734 104 683
email: kurzy@fyziop.cz

Přihlášky: [elektronická přihláška](#)