

Warsztat: Postępowanie w przeciążeniach i kontuzji krytycznej w sporcie

Prowadzący: mgr Bartosz Kiedrowski

9:00

- Wprowadzenie do przeciążeń i kontuzji w sporcie
- Postępowanie w przeciążeniach; praca z pacjentem indywidualnym i drużyną

11:00 -11:15

Przerwa kawowa

11:15

- Postępowanie w kontuzji krytycznej; trening zastępczy i podejmowanie kluczowych decyzji w procesie RTS

12:45 - 13:15

Przerwa obiadowa

13:15

- Badanie przedsezonowe i monitoring w trakcie sezonu
- Odnowa biologiczna; kluczowe strategie

15:15 - 15:30

Przerwa

15:30

- Zintegrowane podejście do zarządzania obciążeniami i kontuzjami

16:45 - 17:00

- Podsumowanie i sesja Q&A

