

Kurs fizjoterapii I Powrót do sportu (RTS): dynamika kończyny górnej

Dzień 1 | Rehasport Bułgarska

Prowadzący: dr n. med. Jakub Kaszyński, dr n. med. Paweł Cisowski, mgr Bartosz Kiedrowski

9:00 – 10:10

- Fundament decyzyjny i Biomechanika Overhead

10:10 – 10:20 przerwa kawowa

10:20 – 11:30

- Fundament decyzyjny i Biomechanika Overhead (część 2)

11:30 – 12:40

- Specyfika chirurgiczna i deficyty post-op

12:40 – 12:50 przerwa kawowa

12:50 – 14:00

- Specyfika chirurgiczna i deficyty post-op (część 2)

14:00 – 14:30 przerwa obiadowa

14:30 – 15:40

- Budowanie Pancernej Siły: od izolacji do połączenia w całość

15:40 – 15:50 przerwa kawowa

15:50 – 17:00

- Budowanie Pancernej Siły (część 2)



Kurs fizjoterapii I Powrót do sportu (RTS): dynamika kończyny górnej

Dzień 2 | Rehasport Bułgarska

Prowadzący: dr n. med. Jakub Kaszyński, dr n. med. Paweł Cisowski, mgr Bartosz Kiedrowski

9:00 – 10:10

- Transfer mocy i dynamika w ruchu

10:10 – 10:20 przerwa kawowa

10:20 – 11:30

- Transfer mocy i dynamika w ruchu (część 2)

11:30 – 12:40

- Worst Case Scenario: trening w warunkach ekstremalnych

12:40 – 12:50 przerwa kawowa

12:50 – 14:00

- Worst Case Scenario (część 2)

14:00 – 14:30 przerwa obiadowa

14:30 – 15:40

- Twój masterplan: aktywne projektowanie procesu

15:40 – 15:50 przerwa kawowa

15:50 – 17:00

- Twój masterplan (część 2)

