

K-ACTIVE KINESIOLOGY TAPING CORSO BASE E CORSO AVANZATO

Largamente utilizzato in ambito terapeutico e sportivo per il trattamento delle affezioni muscolo-scheletriche, il **Kinesiology Taping** sfrutta le proprietà elastiche dei bendaggi applicati (*Tape*) per stimolare le fisiologiche capacità di guarigione del corpo, favorendo il metabolismo e la circolazione sanguigna e linfatica, diminuendo gli stati infiammatori, eliminando l'eccesso di cataboliti, riducendo spasmi e contratture o effettuando una correzione meccanica degli errati allineamenti articolari.

Il Kinesiology Taping viene utilizzato sia per la **preparazione e il defaticamento dell'atleta** professionista, sia nel trattamento delle normali **patologie muscolo-scheletriche e viscerali**. Se usato in associazione alle tecniche di terapia manuale e correzione posturale, il Kinesiology Taping costituisce un valido complemento terapeutico, garantendo una terapia che dura 24 ore su 24 anche al termine della seduta.

I corsi, tenuti secondo i principi della Scuola Internazionale della K-Active, garantiscono **elevati livelli di preparazione** e un eccellente supporto telematico.



OBIETTIVI:

- Apprendere gli effetti prodotti dall'applicazione del Kinesiology Tape.
- Apprendere i principi base e avanzati di applicazione del K-Active Kinesiology Taping.
- Acquisire le necessarie competenze di anatomia fasciale in relazione ai principi applicativi del K-Active Tape.
- Apprendere e saper effettuare le tecniche base e avanzate del K-Active Kinesiology Taping: le tecniche muscolari, le tecniche di space-correction, le tecniche fasciali, le tecniche correttive, le tecniche linfatiche, le tecniche neurali e le tecniche strutturali.
- Apprendere i principi di diagnosi differenziale e di valutazione tramite i test muscolari e i test fasciali.
- Saper valutare i pazienti attraverso gli screening test K-Active e programmare sulla base di questi le applicazioni di K-Active Kinesiology Taping necessarie.
- Saper effettuare una corretta valutazione anamnestica per pianificare le applicazioni di K-Active Taping secondo la logica degli scompensi miofasciali.
- Saper impostare un adeguato piano terapeutico con il K-Active Taping in funzione delle necessità cliniche del paziente.
- Saper associare le diverse applicazioni di K-Active Kinesiology Taping secondo la logica terapeutica globale del corpo.
- Saper integrare l'applicazione del Kinesiology Taping con le tecniche già note di terapia manuale e di rieducazione posturale.

A CHI È RIVOLTO IL CORSO:

K-Active Kinesiology Taping Base e Avanzato è rivolto ai professionisti sanitari che lavorano nel settore sportivo, ortopedico, geriatrico, neurologico o pediatrico e che desiderano migliorare l'efficacia delle sedute di terapia manuale e rieducazione funzionale attraverso l'utilizzo terapeutico del Kinesiology Tape.



PROGRAMMA CORSO BASE

1° giorno

Mattina

8,30 - 9,00

Registrazione partecipanti e consegna materiale didattico
9,00 - 9,45

Introduzione ai fondamenti teorici
Storia del Kinesiology Taping
Differenza dal tape classico, caratteristiche del materiale
9,45 - 10,15

Modi di applicazione del tape:
I, X, Y, ventaglio

Tecniche base del
Kinesiology Taping
10,15 - 10,45

Screening tests e test muscolari
Esempi di applicazioni
10,45 - 11,00 Break

11,00 - 13,00

Tecnica muscolare:

- Sistema lombosacrale
 - Tecnica del legamento: rachide lombare
 - Tecnica fasciale: patella
 - Tecnica correttiva: patella
- 13,00 - 14,00 Pausa Pranzo

Pomeriggio

14,00 - 16,00 Ripetizione delle 4 tecniche base

- Screening Tests: Lower and Upper Spine Tests e test muscolari

- Applicazione: m. Trapezio
- Screening Tests: Thorax Test e test muscolari
- Applicazione speciale: mm. Romboidei

16,00 - 16,15 Break
16,15 - 17,00 Screening Tests:

Upper Extremity Test e test muscolari
Applicazioni:
m. Deltoide, m. Sovraspinato e tecnica fasciale

17,00 - 18,00 Applicazioni:

- Colpo di frusta
 - Frattura costale
 - Cicatrici
 - M. Adduttore Lungo
- Ripasso di quanto appreso e discussione

2° giorno

Mattina

9,00 - 9,15

Riflessioni del primo giorno
Ripetizione dei punti più importanti

Ripetizione delle 4 tecniche base
9,15 - 9,45 Screening Test:

Cervical Extension Test
Applicazione cervicale: tecnica muscolare e tecnica del legamento

9,45 - 10,15 Applicazione all'epicondrite: tecnica muscolare e tecnica fasciale
10,15 - 10,30 Break

10,30 - 11,30

Screening Test:

- SLR Test
 - Applicazioni al ginocchio
- 11,30 - 12,00 Applicazioni al tendine d'achille
12,00 - 12,15 Break
12,15 - 12,45
Screening Test:
Patrick Test
Applicazione al m. Grande Gluteo
12,45 - 13,30
Screening Test:
Abdominal Pressure Test
Applicazioni: mm. Obliqui Interno e Esterno dell'Addome
13,30 - 14,00

Analisi dei dati appresi in sede di corso e discussione
Domande e risposte
Esame finale e consegna attestati

PROGRAMMA CORSO AVANZATO

1° giorno

Mattina

8,30 - 9,00 Registrazione partecipanti e consegna materiale didattico
9,00 - 9,45 Introduzione ai fondamenti teorici

- Ripetizione delle 4 tecniche base
- Ripetizione screening test: Upper Spine Test

- Applicazione: m. Trapezio Inferiore
- 9,45 - 10,45 Ripetizione screening test: Lower Spine Test

Applicazione: m. Grande Psoas
Applicazione: m. Iliaco

10,45 - 11,00 Break

11,00 - 13,00 Ripetizione screening test: Cervical Extension Test

Applicazione: m. Splenio del Capo
Applicazione: m. Splenio del Collo
Ripetizione screening test:

Upper Extremity Test
Applicazione: m. Grande Pettorale

13,00 - 14,00 Pausa Pranzo

Pomeriggio

14,00 - 15,00 Ripetizione screening test: Thorax Test
Applicazione:

m. Sternocleidomastoideo
Ripetizione screening test:

Abdominal Pressure Test
Applicazione: m. Retto dell'Addome

15,00 - 16,00 Ripetizione screening test: Abdominal Pressure Test
Applicazione:

m. retto dell'addome (*variante*)
Applicazione: m. Piriforme

16,00 - 16,15 Break

16,15 - 17,15 Ripetizione screening test: SLR (*Laségue Test*)

Applicazione: m. Vasto Mediale
Correzione meccanica

(*applicazione a I*)

Correzione meccanica tipo I
(*applicazione a Y*)

Correzione meccanica tipo II
(*applicazione a Y*)

17,15 - 18,00

Tecnica fascia-hold

Tecnica fasciale superficiale

Ripasso di quanto appreso e discussione

2° giorno

Mattina

9,00 - 9,15 Riflessioni del primo giorno

Ripetizione dei punti più importanti
9,15 - 10,00

- Tecnica space correction (*applicazione a I*)

- Tecnica space correction (*applicazione a X*)

- Tecnica space correction (*applicazione webcut*)

- Tecnica del legamento: legamenti collaterali del ginocchio

- Tecnica funzionale

- 10,00 - 10,30

- Tecnica linfatica (*a ventaglio*)

- Tecnica linfatica (*a spirale*)

10,30 - 10,45 Break

10,45 - 11,30

- Tecnica linfatica gamba e piede con stabilizzazione dell'articolazione tibio tarsica

- Tecnica neurale: nervo brachiale
- 11,30 - 12,00

Applicazione ginocchio

Applicazioni per problemi muscolari

12,00 - 12,15 Break

12,15 - 12,45 Instabilità di spalla

Spalla congelata (*Frozen shoulder*)

12,45 - 13,30 Posterior Shint

Splints e tape per dolori mestruali

Tape post-parto

13,30 - 14,00 Analisi dei dati appresi in sede di corso e discussione

Domande e risposte

Esame finale e consegna attestati