

「肌效能貼布實務班」及 「肌肉鬆動術」開班囉！

【正確的肌效能貼布使用】【正確的按摩知識與技術】

■ 課程介紹：

針對醫師、物理治療師、推拿師父、運動員及一般民眾開設此課程，透過本校體育室專任師資—許高魁老師的講解指導，讓學習者能快速習得針對肌肉、肩頸、關節與膝蓋等部分酸麻疼痛時的處理方式，有效舒緩自己與親友的不適。

■ 教學內容：

肌效能貼布使用班	肌肉鬆動術教授班
1. 排瘀貼法、止痛貼法、按摩貼法、矯正貼法、活化貼法。 2. 肩頸酸痛、背腰痛貼法。 3. 腳踝扭傷貼法。 4. 網球肘、媽媽手、板機指貼法。 5. 膝蓋前後十字韌帶開刀後貼法。	1. 簡單肌肉型態操作，疼痛度控制。 2. 對異常肌肉的處理及按摩順序。 3. 大腿、小腿部位的按摩。 4. 膝蓋、腳踝的關節組織鬆動術。 5. 手臂：網球肘、媽媽手、板機指按摩。手臂神經牽張術。 6. 臉部美容按摩：瘦小臉、抬頭紋等

■ 師資說明：許高魁老師／國立臺灣師範大學體育研究所碩士

■ 起訖日期：肌效能貼布班（7月每週一開班 7/6、7/13、7/20、7/27）

肌肉鬆動術（7月每週二開班 7/7、7/14、7/21、7/28）

■ 開課時數：肌效能貼布班，每班為期一天（8小時），備有中餐。

肌肉鬆動術，每班為期二天（16小時），備有中餐。

■ 開課時段：均為早上 09:00～下午 17:00

■ 報名費用：NT\$ 3,000。（含材料及設備費用）

■ 優待辦法：

1、二人以上報名或各校師生憑證報名，享 9 折優惠。

2、本校師生、畢業校友、長青人士（65 以上）或身障朋友，另有優惠。

■ 報名方式：填寫報名表傳真至 05-631 5794，或 Mail: e91002@nfu.edu.tw

■ 洽詢電話：05-631-5254 推廣教育中心黃先生。

廣告