

## FÜSIOTERAAPIA SEMINAR: Õlaliiges

- ✓ Olete oodatud füsioterapeutidele suunatud seminarile **8. juunil kell 10.00-18.00** Tallinna Ülikooli Terviseteaduste ja Spordi Instituudis (Tondi 55, II korrus).
- ✓ Seminari loengute teemad keskenduvad õlaliigese biomehaanikale, probleemide hindamisele ja nende füsioterapeutilisele ravile. Praktilistes osas näidatakse valikut manuaalse mobiliseerimise võtetest, kinesioteipimise võtteid ning terapeutilisi harjutusi.
- ✓ Seminari viivad läbi Füsioteraapia Kliiniku füsioterapeudid **Lauri Rannama, Katre Lust-Mardna** ning külalisesinejana TLÜ lektor **Kirsti Pedak**.

### Päevakava:

9.40-10.00	Kogunemine
10.00- 10.10	Avasõna
10.10-11.50	Õlaliigese funktsionaalne anatoomia ja füsioterapeutiline hindamine (Kirsti Pedak)
11.50-12.10	Kohvipaus
12.10-13.40	Pehmekoe- ja liigesmanipulatsioonid õlaliigese vaevuste korral (Lauri Rannama)
13.40-14.10	Lõuna
14.10-15.55	Pehmekoe- ja liigesmanipulatsioonid õlaliigese vaevuste korral jätkub (Lauri Rannama)
15.55-16.15	Kohvipaus
16.15-17.45	Harjutusvara- rindkere mobilisatsioon, abaluude stabilisatsioon ja rotaatormanseti tugevdamine (Katre Lust-Mardna)
17.45-18.00	Päeva kokkuvõtte, tunnistuste jagamine

Osavõtutasu on **85€**. Eesti Füsioterapeutide Liidu liikmetele ja Eesti Füsioteraapia Üliõpilaste Seltsi liikmetele **75€**.

Osavõtutasu sisaldab 2 kohvipausi, kerget lõunat ja loengumaterjale prindituna.

Seminar toimub koostöös EFLiga ning selle maht on 8 koolitustundi.

### Registreerimine:

Registreerida saab [www.sport.ee](http://www.sport.ee) avalehel oleval seminari lingil. Juhul, kui vajate arvet, palume täita vastavad väljad. Registreerimine kinnitub korraldajatelt vastava e-kirja saamisel ja osalustasu tasumisel.

**NB! Kohtade arv piiratud. Registreerimise tähtaeg 19. mai 2014.**

### Lisainfo:

Gerly Kedelauk

Eesti Spordimeditsiini klaster SportEST

Projektijuht, seminari koordinaator

[gerly@sport.ee](mailto:gerly@sport.ee)

[www.sport.ee](http://www.sport.ee), [www.füsioteraapia.ee](http://www.füsioteraapia.ee)

