



Välkommen till Kurshelg 3 15-17 mars 2019

Vi tar nästa steg inom den strukturella modulen och kurshelgens strukturella tema är ryggrad, bäcken och bröstorg. Utöver det vill vi introducera en del energetiska tekniker för att du ska kunna få mer svängrum när du använder balanseringstekniker. Vi tror att du också kommer ha mycket kul med att börja tänka/testa/ använda näring när du balanserar en klient.

Kursmaterial

Vi räknar med att du läser kursmaterialet efter varje delkurs, men OM du redan nu innan vi ses vill titta igenom rekommenderade avsnitt så är det följande texter du kan hitta inspiration genom i den kurslitteratur du har hemma:

Bok	Om vad	Kapitel/sida
Anatomi för idrotten	Del 3, ryggrad, bäcken och bröstorg + tabeller	Kap 7-9 119-169
Applied Kinesiology	Muskeltester, som relaterar till helgens tema. Jämför med bifogad fil, så ser du vilka muskeltester vi kommer fokusera på under fredagen	Kap 6 (olika sidor om bok/e-bok)
Energetic Kinesiology	Om pause lock, powers of stress och hand modes	Section 4, sid 129-149

Kursens kompendium uppdelat i teori, praktik, klinik och referens kommer under måndag kväll (11 mars) föras upp i dropbox, så att du kan skriva ut i förväg.

- OBS 1, Ta med dina utskrifter till kursen så du kan göra egna anteckningar
- OBS 2, Vi skriver gärna ut för dig som behöver vår hjälp, meddela skolan om du detta tillfälle vill ha papper på plats när vi ses på fredag: info@sabineeducations.se

Schema och upplägg

fredag: vi ses på HälsoPorten och startar 9.00. Kom gärna en kvart innan och ta en fika/te och installera dig. Dagen viks åt de muskler som är intressanta för helgens tema. Du kommer få göra en hel del muskeltester och balanseringstekniker. Vi avslutar 17.00 Klockan 10.00 kommer Åsa från Kroppsterapeuternas Yrkesförbund och har en kort genomgång kring deras organisation och satsning på Kinesiologer. Du kan som elev på skolan, kostnadsfritt vara elevmedlem i förbundet KrY och därigenom också vara försäkrad. Portkoden är densamma, dvs 8407. Behöver du nå skolan innan kursen så ring receptionen på 08- 7406030. Under kurshelgen så får du skicka SMS till mig, Sabine, som ringer tillbaks vid tillfälle: 073-5041632.

lördag: vi träffas på Balance City, Lästmakargatan 10. De öppnar dörrarna 10.00 – kom då, så byter du om och så kör vi igång som senast 10.15 efter kort introduktion av Erik. Kom ihåg inneskor, hänglås, handduk och träningskläder. Vi avslutar 17.00.

söndag: vi är på HälsoPorten 9-17. Denna dag kommer du få arbeta med indikatormuskel för att bl.a testa näringsbehov i förhållande till fokusområde. Begrepp som "pausläsning", "powers of stress" och "handkoder/handmodes" kommer introduceras

Varmt välkommen, Sabine