

# 肌能系貼紮技術——

Kinesio Taping Method 【運動傷害、肌肉骨骼系統領域】

boa 藍海曙光  
BLUE OCEAN AUMORA

## 【課程簡介】

高度資訊化的 21 世紀，3C 產品已佔據了現代人大部分的時間，工作繁重的你，是否曾在電腦前坐一整天後覺得腰背痠痛，但卻不知道如何緩解？週末假日想外出登山、慢跑，卻因長期的靜態生活與缺乏適當的暖身與收操，造成運動傷害而不知所措？熱愛運動的你，是否忽略了適量運動及運用正確動作模式的重要性？當各種症狀產生時，除了仰賴藥物外還有其他方法嗎？

肌能系貼紮技術是使用不含藥物的彈性貼布進行介入，其核心觀念是藉由貼布的力學效應與人體組織間的互動，達到感覺刺激的輸入，筋膜的引導與流動，肌肉及軟組織的支持、促進與放鬆，緩解疼痛，改善血液循環，減輕水腫瘀青，矯正姿勢，改善不良動作型態等多種生理效益。



這些效益除了被應用在醫療領域外，也常見於運動賽事、日常生活相關肌肉骨骼系統問題之處理，而廣泛運用的情形下，已使得「肌能系貼紮技術(Kinesio Taping Method)」成為你我皆應具備的自我保健生活技能。

2017 年全新課程【肌能系貼紮技術——運動傷害、肌肉骨骼系統領域】將從日常生活與運動場上常見之動作訓練、急慢性傷害切入，清楚呈現完整的肌能系貼紮理論基礎，並搭配多元且生活化的實用範例，讓大家累積充足的實作經驗。課程中也將引導大家進一步思考、活用肌能系貼紮的特質，將貼紮適當地運用在不同情境與時機，確實達到「自我保健，遠離傷害」的目的！本課程教材包含(A)三卷肌能系貼布(Kinesio® Tex)及肌能系專業剪刀一把或(B)八卷肌能系貼布(Kinesio® Tex)，可以完整學習此技術的精髓。



## 【上課時間與地點】

場次	時間	地點
台北場	2018/06/23 · 13:30~17:20 2018/06/24 · 09:00~17:20	臺灣大學

## 【學分認證】

台灣復健醫學會 繼續教育學分積分申請中

中華民國物理治療師公會全國聯合會 繼續教育學分積分申請中

中華民國職能治療師公會全國聯合會 繼續教育學分積分申請中

台灣運動傷害防護學會 繼續教育學分積分申請中

※ 以上各專業實際積分點數將依各認證單位回函即時更新於課程官網上。

## 【課程表】

	時間	課程
第一日	13:00~13:30	報到
	13:30~15:00	肌能系貼紮技術的原理分析與運用技巧
	15:00~15:10	休息
	15:10~16:00	肌能系貼紮技術於運動傷害的整體思考邏輯
	16:00~17:20	肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析與應用
第二日	08:30~09:00	報到
	09:00~10:40	肌能系貼紮技術於運動傷害的進階思考與探討
	10:40~11:00	休息
	11:00~12:00	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的整體思考邏輯
	12:00~13:00	午餐
	13:00~14:40	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的實例分析與應用
	14:40~15:00	休息
	15:00~16:20	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的進階思考
	16:20~17:20	肌能系貼紮技術的應用思維探討

## 【主辦單位 / 相關網站】

臺灣肌能系貼紮學會(KTAT)

官方網頁：<http://www.kinesiotaiwan.com/>

臉書專頁：<http://www.facebook.com/ktatic>

社團法人臺灣應用復健協會 ( TARA )

官方網頁：<http://www.hnl.com.tw/taiwanara/index.html>

## 【講師簡介--肌能系貼紮技術國際講師群】

### ➤ 洪千婷

成功大學 物理治療學系 學士  
財團法人宏恩綜合醫院 復健科 主任  
臺灣肌能系貼紮學會 常務理事  
社團法人臺北市健康新生活協會 常務監事  
社團法人臺灣應用復健協會 常務理事  
中華民國腦性麻痺協會 理事  
小胖威利病友關懷協會 理事  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

### ➤ 李建志

臺灣大學 物理治療學系 碩士  
杏誠復健中心 物理治療組長  
台北市物理治療師公會 理事  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

### ➤ 周柏青

成功大學 物理治療學系 學士  
藍海曙光集團 技術長  
臺灣肌能系貼紮學會 秘書長  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

### ➤ 胡家誠

陽明大學 物理治療學系 學士  
永誠復健中心 專業督導  
臺灣肌能系貼紮學會 理事  
台北市物理治療師公會 常務理事  
社團法人臺灣應用復健協會 監事  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)  
身體感知運動訓練課程講師

### ➤ 侯雅娟

中國醫藥大學 醫學系 醫學士  
財團法人宏恩綜合醫院 復健科 主任醫師  
臺灣肌能系貼紮學會 理事  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

### ➤ 杜婉茹

長庚大學 臨床行為科學研究所 碩士  
臺灣大學 職能治療學系 學士  
杏誠復健中心 專業督導  
臺灣肌能系貼紮學會 理事  
台北市職能治療師公會 常務理事  
社團法人臺北市健康新生活協會 理事長  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

### ➤ 劉毓修

臺灣大學 物理治療學系 碩士  
永誠復健中心 行政督導  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)  
肌筋膜放鬆技巧課程講師暨課程規劃召集人  
左營國家選手訓練中心物理治療師  
亞運、東亞運國家代表隊物理治療師

### ➤ 陳詩詠

陽明大學 物理治療學系 學士  
財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療師  
社團法人臺灣肌能系貼紮學會 學術主委  
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

- 肌能系貼紮技術國際講師 Certified Kinesio Taping Instructor (CKTI)是由 KTAI 正式認證，唯一授權可以擔任肌能系貼紮技術國際認證課程(KT1-3)的講師，需參加 CKTI 認證課程，並通過考試，方能取得 CKTI 國際講師資格。

## 【報名費用】

### ➤ 早鳥專案：

台北場次在 2018/05/18 (五)前完成報名

- 每位學員 5,700 元。
- 三人以上團報，每位學員 4,700 元。

### ➤ 課程原價：

- 每位學員 7,000 元。
- 三人以上團報，每位學員 5,700 元。

- 課程費用包含餐點、臺灣肌能系貼紮學會精美結業證書、教材(A)三卷肌能系貼布(Kinesio® Tex)及一把肌能系專業剪刀(市價 3,480 元)或教材(B)八卷肌能系貼布(Kinesio® Tex) (市價 3,720 元)。(註)請於報名時填寫教材(A)組合或(B)組合，如未填寫，則預設為(A)組合

## 【實戰專精系列課程合報專區】

- 凡與任一場次《肌能系 EDF™ 貼紮技術—實戰專精班》(課程早鳥價 4,500)課程合報，合報費用每人 8,300 元。
- 凡與任一場次《下肢生物力學與足踝矯正技術—實戰專精班》(課程早鳥價 6,800)課程合報，合報費用每人 10,500 元。

## 【報名方式】(繳費後完成網站上報名表填寫才能正式錄取)

1. 請先至課程報名官網( <http://www.hnl.com.tw/tara/> )確認課程場次是否還有名額。
2. 若仍有名額，請先繳費。請以 ATM 轉帳方式，將課程費用轉帳至  
銀行代碼：012 (台北富邦銀行 和平分行)  
帳號：480120012136  
戶名：景誠實業有限公司
3. 個人報名：請於轉帳繳費後，至課程網站最下方以您的電子郵件、密碼登入 (首次使用請先註冊) 並填妥確認相關資料後，點選「確認送出」。主辦單位若核對無誤，將會以電子郵件通知您報名成功之訊息，並將您的姓名刊登於課程網站上之錄取名單中。
4. 團體報名：三人以上團體報名，請團體發起人統一繳費並準備所有成員之報名資料，於課程網站最下方以您的電子郵件、密碼登入 (首次使用請先註冊) 並進行「團體報名」。
5. 十人以上團體專案，或有任何問題，請洽(02)27035353 陳老師。
6. 為維護上課品質，請勿攜伴旁聽或帶兒童進入教室，課程現場僅限報名者本人入場。
7. 課程著重實際操作練習，請穿著寬鬆衣物以利練習。

## 【課程取消與退費規則說明】

如因個人因素無法參與課程者，請參閱下列相關說明。若您同意以下條款，再開始進行報名。報名完畢後，代表您已閱畢本退費規則並同意以下條款。

### 《個人報名者》

1. 於開課日前第三十日以前提出退費申請者，退還扣除手續費後之餘額。
2. 於開課日前第二十九日至第七日提出退費申請者，退還扣除手續費後之 80%餘額。
3. 於開課日前第六日至實際開課日提出退費申請者，恕不退還。

### 《團體報名者》

1. 若因取消導致未達專案人數，整團即改以符合該人數條件之價格，「退還費用金額」為扣除所有人之團報費用之餘額，並將依退費規則進行實際費用退款。(如：三人以早鳥團報價完成報名後，其中一人欲申請取消退費，「退還費用金額」為  $4700-1000 \times 2 = 2700$  元。並以 2700 元，扣除手續費後，視申請日期依比例退還)
2. 於開課日前第三十日以前提出退費申請者，退還扣除手續費後之餘額。
3. 於開課日前第二十九日至第七日提出退費申請者，退還扣除手續費後之 80%餘額。
4. 於開課日前第六日至實際開課日提出退費申請者，恕不退還。

### 《課程合報專案者》

1. 若因取消導致未達專案條件，將改為符合該課程條件之價格，「退還費用金額」為扣除保留課程費用之餘額，並將依退費規則進行實際費用退款。
2. 於開課日前第三十日以前提出退費申請者，退還扣除手續費後之餘額。
3. 於開課日前第二十九日至第七日提出退費申請者，退還扣除手續費後之 80%餘額。
4. 於開課日前第六日至實際開課日提出退費申請者，恕不退還。