

肌能系貼紮技巧實務課

跑者專班

boa 藍海陽光

當跑步已悄悄成為你不可分割的熱情時，如何裝備自己維持最佳狀態、避免運動傷害，讓跑者魂燃燒不停歇？肌能系貼紮技術運用彈性貼布獨有的物理性質，與人體組織交互作用後進而促進自然癒合過程，支持肌肉並保護關節，是能陪你四處征戰不斷挑戰自己的好夥伴！



針對跑者量身設計的肌能系貼紮技巧實務課程，由多年教學經驗的肌能系貼紮國際講師系統化講解，由操作原理到實用範例，三小時的課程讓您將實用技巧一網打盡！

『肌能系貼紮技巧實務課▶跑者專班』將讓您了解

壹、貼紮前必備・基礎貼紮應用原理上手！

- ☑ 肌能系貼布為什麼能達到傷害處理及預防的效果？它的組成與特性為何
- ☑ 如何決定貼布拉力、肢體擺位來達到不同的貼紮目的？
- ☑ 貼布形狀、尺寸、貼紮方向如何決定？

貳、貼紮技巧實際掌握・量身打造跑者實用範例！

- ☑ 腳踝扭傷、腓腸肌拉傷、股四頭肌促進、髕骨穩定、足底筋膜&足弓支撐
- ☑ 講師以引導方式詳細講解、示範貼布之量取、裁剪、貼布掌握手法，以及每個不容錯過的貼紮細節與注意事項
- ☑ 完整的練習時間以及充足的講師助教在旁細心指導



小班教學的肌能系貼紮技巧實務課▶跑者專班，

讓愛跑步因此聽說過貼紮的你、

曾經被貼過，想一探究竟的你、

曾經使用過，想增強基礎融會貫通的你.....

都能在正確的理論基礎及足夠的練習下，迅速上手！

課程費用包含【肌能系經典款貼布】一卷



肌能系貼布

(圖片實物顏色僅供參考，依現場提供為主)

【課程表】

時間	地點
2017/11/18(六) · 13:30-16:30	浪斯邦尼運動教室

【課程資訊】

時間	課程
1310-1330	報到
1330-1430	【原理篇】肌能系貼紮上手
1430-1600	【實作篇 1】常見跑步傷害貼紮
1600-1630	【實作篇 2】戰力提升貼紮應用

【主辦單位/相關網站】

- 社團法人臺灣肌能系貼紮學會

官方網頁：<http://www.kinesiotaiwan.com/>

- 社團法人臺灣應用復健協會

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

【學分認證】

請見各場次報名網頁說明

【講師簡介】

➤ 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)

➤ 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)

➤ 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)

➤ 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)

➤ 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)

➤ 楊峯芃

台北醫學大學 醫學系 醫學士
杏誠復健中心 院長
臺灣肌能系貼紮學會 講座講師
美國哈佛大學附設醫院進修
台北市立萬芳醫學中心復健科主治醫師
台北醫學大學復健科主治醫師

➤ 徐盟琇

中山醫學大學 職能治療學系 學士
永誠復健中心 職能治療組長
身體感知運動訓練課程講師
肌能系貼紮技術國際講師 (CKTI)

➤ 許寶文

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 物理治療副組長
社團法人臺灣肌能系貼紮學會 繼續教育主委
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：在 11/3(五)前完成報名，即享優惠價格
 - 每位學員 950 元。
 - 三人以上團報優惠，每位學員 850 元。
- 課程原價：
 - 每位學員 1,000 元。
 - 三人以上團報優惠，每位學員 950 元。
- 課程費用含肌能系貼布(KinesioTex)一卷，全程參與研習者，將於會後發予臺灣肌能系貼紮學會精美研習證明一張。

【報名方式】(繳費後完成網站上報名表填寫才能正式錄取)

1. 請先至本協會官網 (<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 大安分行)
帳號：370102149922
戶名：藍海曙光有限公司
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. 如報名成功後不克參與課程，請當事人於開課七天前完成取消手續，逾期恕不受理。如有任何問題，請來電詢問(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。請勿攜帶飲料、食物進入教室。
7. 務請攜帶剪刀及穿著寬鬆衣物、短褲以利課程操作練習。

【地點資訊】

浪斯邦尼運動教室

地址：新竹市中華路二段 49 號

