Trigger točke – radionica, 18. ožujak 2017, Zagreb Dragi prijatelj Tomislav Kukin, dr.med, i moja malenkost su odradili **10. po redu** radionicu Trrigera na kojoj je bilo nazočno 18 fizioterapeuta. Odraditi 10 radionica na isu temu baš i nije lako.

Hvala svima koji su do sada nazočili a i onima koji će tek nazočiti radionicama.

Kao i uvijek, zanimljivo i interesantno iskustvu jer je privilegija učiti cijenjene kolege kao i od njih učiti. Teoriju može naučiti svatko a usvojiti praktični dio ne baš (bez uvrede). Radionica je po tradiciji održana u vrhunskom prostoru poliklinike Cosmogama, Jakuševačka 4, Zagreb.

Važna napomena: Cilj ove i svih ostalih radionica koje vodim je slijedeći: Naučiti polaznike kako osjetiti i prepoznati trigger točku te kako je tretirati. Postoji literatura i video uraci gdje ljudi vide svašta a ne mogu (ne znaju) osjetiti i to primijeniti. Vizualni prikaz je jedno a prikaz uživo sa taktilnim postupkom nešto sasvim drugo. Fizioterapeutima je u „programu“ zapisan rad rukom a koliki pritisak kojim intezitetom, kolikom snagom, u kojem smjeru, koliko dugo , što se dešava nakon itd. , to se može jedino osjetiti. Gdje se točke nalaze i koliko ih ima, mogu svi pročitati u bilo kojem ozbiljnijem udžbeniku. Kako ih pronaći; to se na radionici uči. Kada naučite pronaći par točaka u različitim mišićima ostalo je sve na vama, koliko ćete (i da li ćete uopće) ići dalje. Neki dođu na radionicu (jedan kolega ovaj puta) i kaže da su radionice ponavljanje naučenoga, međutim dragi kolega radionice nisu ponavljanje naučenoga nego učenje nečeg novog na najprihvatljiviji mogući način. Ljudi dolaze na radionice više manje teoretski potkovani sa anatomijom i biomehanikom tako da im pratiti nije neki problem. Na kraju dobiju preporučenu literaturu i sve ostalo je vježba. Više vježbe (rada) bolji rezultati i otvaranje novih vidika.

Posebna zahvala gospodinu Gordanu www.biska.hr koji je svakom polazniku poklonio kremu "Extra Strong" i Polar Ice koji fizioterapeuti koriste u svakodnevnoj praksi. Hrana kao i uvijek odlična (Favola catering),

Za sve obavijesti o radionicama u 2016/2017 godini molim Vas posjetite stranicu www.hzf.hr ili HKF.

Ukoliko želite da se u vašem mjestu bilo gdje u Domovini održi neka od radionica PIR, gornji extremiteti, donji extremiteti ili Trigger točke molim Vas da me kontaktirate.

{vsig}2017/3{/vsig}