

Kako priča kaže, struka i razmjena znanja iznad svega. Održana je **12. po redu** radionicu Triggera na kojoj je (zbog mjera) bilo nazočno 10 fizioterapeuta.

Shodno svim preporučenim mjerama a imajući u vidu na prvom mjestu zdravlje polaznika , na početku su svim polaznicima podijeljene zaštitne maske

3M 9322+, Aura, FFP2

(ukoliko trebate ozbiljne zaštitne maske pogledajte

www.raos.hr

i tražite g. Marka) te

nitrilne

rukavice.

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

Kao i uvijek, zanimljivo i interesantno iskustvo jer je privilegija učiti cijenjene kolege kao i od njih učiti. Teoriju može naučiti svatko a usvojiti praktični dio ne baš (bez uvrede). .

Važna napomena: Cilj ove i svih ostalih radionica koje vodim je slijedeći: Naučiti polaznike kako osjetiti i prepoznati trigger točku te kako je i sa čim tretirati. Postoji literatura i video uradci 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.

Hrana kao i uvijek odlična (Hvala Matilidi i ekipi iz Favola cateringa) <http://favola-catering.hr/>

Za sve obavijesti o radionicama u 2021 godini molim Vas posjetite stranicu www.hzf.hr ili www.hkf.hr .

Ukoliko želite da se u vašem mjestu bilo gdje u Domovini održi neka od radionica PIR, gornji ekstremiteti, donji ekstremiteti ili Trigger točke molim Vas da me kontaktirate. {vsig}2020/2{/vsig}