

## לימודי עיסוי רקמות עמוקות

**מרצה:** רויטל אלעד אדליסט  
**מספר שעות הקורס:** 131  
**מספר מפגשים:** 28  
**ימים ושעות:** רביעי 17.00 - 21.00 (5 ש"ש)

### רציונאל הקורס:

1. הכרות עם הפתולוגיות ופציעות שונות
  2. הכשרה בטכניקות Deep Tissue & Soft Tissue  
הנעת מפרקים  
Treger point  
וטכניקות משיטת לומי לומי
  3. הקניית ידע בטכניקות מגע מתקדמות לשיקום תפקוד השריר.
  4. פיתוח יכולות חישה ואבחון
  5. לימוד יציבה נכונה.
  6. אבחון בהיבט הרגשי – 4 יסודות
- דרישות הקורס:
- \* על הסטודנט לעמוד בכל הדרישות והמטלות כמפורט להלן:
  - \* חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים (עד 5 חיסורים)
  - \* חובת מעבר של המבחן המעשי 60%. מבחנים עיוניים 40% - בציון 65 לפחות
  - \* עבודת סטאג'
  - \* חובת תרגול ביתי של הטכניקות הנלמדות.

תכנית לימוד- עיסוי רקמות עמוקות

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| 15. שרירי היד לימוד+ תרגול      | 1. שיעור מבוא והיכרות                     |
| 16. שרירי בטן לימוד+ תרגול      | 2. מושגי יסוד+ עקרונות+ אופן מגע          |
| 17. אבחון פתולוגיות ותרגול      | 3. שרירי גב + לימוד ותרגול                |
| 18. שרירי בית חזה לימוד + תרגול | 4. שרירי גב חלק 2                         |
| 19. שרירי צוואר לימוד + תרגול   | 5. יסוד אוויר +תרגול                      |
| 20. אבחון פתולוגיות ותרגול      | 6. שרירי סקפולה ויד אחורית + לימוד ותרגול |
| 21. ראש פנים לימוד+ תרגול       | 7. יסוד אש + תרגול                        |
| 22. שיעור 1T.P                  | 8. שרירי גב תחתון ואגן – לימוד+ ותרגול    |
| 23. שיעור 2 T.P                 | 9. יסוד מים - תרגול                       |
| 24. טכניקות לומי לומי           | 10. שרירי רגל קדמית לימוד + תרגול         |
| 25. טכניקות לומי לומי           | 11. שרירי רגל אחורית לימוד+ תרגול         |
| 26. סטאג'                       | 12. יסוד אדמה + תרגול                     |
| 27. סטאג'                       | 13. שיעור בהנעת מפרקים+ תרגול             |
| 28. שיעור סיום וסיכומים         | 14. מבחן- עיוני ומעשי                     |

- הסילבוס הנו הבסיס לסדר השיעורים והמרצה שומרת לעצמה את הזכות לשנותו לפי התקדמות התלמידים ורמת התרגול בכיתה.

בברכה,

רויטל אלעד אדליסט

