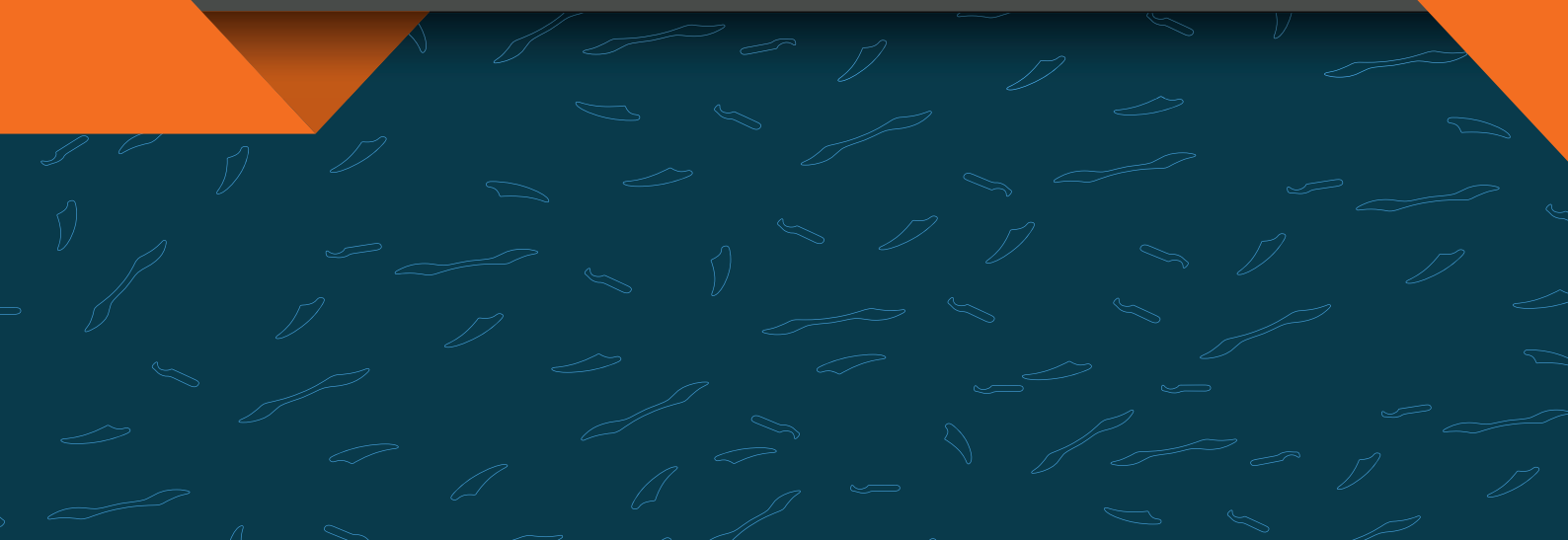




TECHNIKA
ERGON



**KURS ERGON IASTM
POZIOM
ZAAWANSOWANY**





Czym jest Technika ERGON IASTM ?

Technika ERGON® jest podejściem terapeutycznym opartym na dowodach naukowych, łączącym statyczne i dynamiczne manipulacje tkanek miękkich z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu klinicznego do leczenia patologii nerwowo - mięśniowo - szkieletowych. Nazwa tej techniki pochodzi od starogreckiego słowa 'ergon', które oznacza 'produkt ludzkiej pracy, zarówno manualnej, mentalnej, naukowej lub artystycznej'. Technika ta powstała dzięki wielu badaniom i długotrwałej ewaluacji w **Laboratorium Ewaluacji i Rehabilitacji Człowieka na Wydziale Fizjoterapii Technologicznego Instytutu Edukacyjnego Zachodniej Grecji**.

Technika ERGON® jest innowacyjnym rozwinięciem starszych podejść terapeutycznych IASTM (GUA SHA, technika GRASTON, technika SMART TOOLS, technika masażu z wykorzystaniem narzędzi, itp.) i opiera się na teorii meridianów mięśniowo-powięziowych, którą jako pierwszy opisał Thomas Myers. Techniki Tkanek Miękkich ERGON® są wykonywane na specyficznych punktach restrykcji tkankowych i sklejeń powięziowych wzdłuż meridianów powięziowych, kiedy te zostaną uwolnione, możemy uzyskać poprawę funkcjonalności w zaledwie kilka sesji terapeutycznych.

Technika Ergon jest ściśle związana z unikalnym sprzętem klinicznym nazwanym Narzędziami ERGON.

Narzędzia Ergon, które stosujemy wykorzystując specjalistyczne Techniki ERGON mogą a) wykryć i uwolnić - tkanki bliznowate, zrosty i usztywnienia powięziowe, b) zwiększyć miejscową perfuzję oraz c) zmniejszyć tonus mięśniowy i ból mięśniowo - powięziowy

Techniki ERGON® są wykonywane na specyficznych punktach sklejeń tkanki miękkiej, po których uwolnieniu poprawia się funkcjonalność danego obszaru ciała na przestrzeni zaledwie kilku sesji.

Efekt terapeutyczny Technik ERGON® utrzymuje się przez wiele kolejnych dni, a kiedy zostaną one połączone z innymi technikami terapeutycznymi (rozciąganie i techniki ćwiczeń kontroli nerwowo - mięśniowej) może stać się trwały.

Ta szczególna technika pozwala certyfikowanym Terapeutom ERGON® na a) precyzyjną ocenę obszarów mięśniowo - powięziowych o wygórowanej wrażliwości i b) przywrócenie biomechanicznej funkcji stawów poprzez rozpuszczanie sklejeń, odzyskiwanie prawidłowej przesuwalności powięzi oraz redukcję skurczu mięśniowego i bólu.



Rycina 1. Narzędzia ERGON



Rycina 2. Terapia specyficznego punktu anatomicznego z wykorzystaniem Techniki ERGON®

Technika ERGON IASTM jest oparta na dowodach naukowych

Technika ERGON® została oceniona i jest oparta na kilku ostatnich badaniach naukowych. Te badania wykazały wpływ Techniki ERGON® na redukcję bólu mięśniowo - powięziowego, leczenie głównych chorób mięśniowo - szkieletowych i przyspieszenie procesu zdrowienia po specyficznych urazach sportowych.

Technika ERGON® stale się rozwija w oparciu o współczesne odkrycia naukowe, ponieważ jest obecnie przedmiotem badań naukowych w dwóch głównych projektach badawczych (Technologiczny Instytut Edukacyjny Zachodniej Grecji) i rozprawy doktorskiej (Uniwersytet Europejski na Cyprze)

ERGON IASTM - Badania

1. Fousekis, K., Mylonas, K., & Charalampopoulou, V. (2014). Aggressive massage techniques can accelerate safe return after hamstrings strain: A case study of a professional soccer player. J. Sports Med. Doping. Stud, 4(3), 1-5.
2. Eid, Kristin, et al. "Treatment of the trunk and lower extremities with Ergon® IASTM technique can increase hamstrings flexibility in amateur athletes: A randomized control study." Physical Therapy in Sport 28 (2017): e12.
3. Fousekis, K. Treatment of supraspinatus tendinopathy with Ergon® IASTM Technique and neuromuscular control exercises: a case study. J Nov Physiother 2016, 8(7), 60.
4. Fousekis, K. Aggressive Musculoskeletal Physiotherapy: Should We Treat Pain with Pain? Journal of Novel Physiotherapies." (2016).
5. Fousekis, K et al. (2017). Treatment of shoulder myofascial trigger points in amateur athletes with Ergon® IASTM therapy, cupping and ischaemic pressure techniques: A randomized controlled clinical trial. Physical Therapy in Sport, 28, e9-e10.
6. Fousekis, K., Kounavi, E., Doriadis, S., Mylonas, K., & Kallistratos, E. (2016). The Effectiveness of Instrument-assisted Soft Tissue Mobilization Technique (Ergon Technique), Cupping and Ischaemic Pressure Techniques in the Treatment of Amateur Athletes Myofascial Trigger Points. J Nov Physiother S, 3, 2.
7. Fousekis, K. Treatment of adhesive capsulitis with Ergon® IASTM Technique and stretching exercises: a case study. Journal of Novel Physiotherapies, 90(119), 124.



Technika ERGON IASTM System Edukacyjny

Edukacyjno - szkoleniowy
system Techniki Ergon®

IASTM jest

oparty na dwóch modułach

edukacji/ kursów: Kurs Ergon®
IASTM Poziom Podstawowy i Kurs
Ergon® IASTM Poziom
Zaawansowany

KURS ERGON IASTM POZIOM ZAAWANSOWANY

3.1. Kurs Ergon® Poziom Zaawansowany - Cele

Na **Kursie Ergon® Poziom Zaawansowany**, uczestnicy którzy ukończyli już seminarium Ergon® Poziom Podstawowy i którzy również wykorzystywali specyficzne techniki przez przynajmniej 3 miesiące dostają możliwość dalszego poszerzania swojej wiedzy i praktykowania podejść terapeutycznych do różnych patologii i urazów mięśniowo - szkieletowych. Głównym celem tego zaawansowanego seminarium jest wyszkolenie uczestników w używaniu Zaawansowanych technik Ergon® w stanach i ruchach funkcjonalnych. Ten cel zostanie osiągnięty poprzez edukację - trenowanie pięciu (5) **nowych Zaawansowanych Ruchów Terapeutycznych Ergon®** (razem z Podstawowymi Ruchami Terapeutycznymi Ergon®) wykonywanych w połączeniu z kinezyterapią taką jak ćwiczenia ekscentryczne, ruchy bierne lub aktywne i rozciąganie tkanek miękkich. Dodatkowo podczas tego seminarium zostanie podkreślona ocena funkcjonalna różnych anatomicznych struktur, jak i również terapia specyficznych punktów powięziowych na meridianach mięśniowo - powięziowych.

3.2. Kurs ERGON® Poziom Zaawansowany - Cele nauczania

Na koniec **Kursu Ergon® Poziom Zaawansowany** uczestnicy będą:

- Holistycznie oceniać ludzkie ciało
- Badać wszystkie rodzaje dysfunkcji tkanek miękkich
- Wprowadzać wzorce ruchowe w połączeniu z Podstawowymi i Zaawansowanymi Ruchami Terapeutycznymi Ergon®
- Integrować ćwiczenia (oporowe, rozciągające i kontroli nerwowo - mięśniowej) z jednoczesnym wykorzystaniem technik mobilizacji narządziowej tkanek miękkich ERGON
- Integrować techniki w połączeniu z innymi środkami fizjoterapeutycznymi (Bosu®, TRX, Platforma równoważna, itp.) podczas funkcjonalnego etapu rehabilitacji
- Stosować specyficzne Protokoły Terapeutyczne w terapii większości patologii i urazów nerwowo - mięśniowo - szkieletowych
- Rozumieć i wykorzystywać najnowsze odkrycia w literaturze światowej dotyczące technik IASTM



Rycina 3. Zaawansowane Techniki Ergon® IASTM

3.3. Kurs Ergon® Poziom Zaawansowany - Wymogi Uczestnictwa

Pomyślne ukończenie seminarium Ergon® Poziom Podstawowy i wykorzystywanie poznanych technik przez okres minimum 3 miesięcy po jego ukończeniu.

3.4. Kurs Ergon® Poziom Zaawansowany - Struktura Programu

Czastkawia programu Szkolenia Zaawansowanego (ERGON® POZIOM ZAAWANSOWANY) wynosi 15 godzin, podzielonych na 2 dni.

3.5. Metoda Nauczania

To seminarium wykorzysta różne formy nauczania w celu zapewnienia osiągnięcia jego celów. Te formy nauczania będą zawierać wyświetlanie prezentacji multimedialnej PowerPoint - filmiki, szczegółową demonstrację technik i ruchów terapeutycznych i ich praktyczne zastosowanie. Liczba uczestników nie będzie przekraczać **30 osób**. Na seminarium obecnych będzie **2 instruktorów** dla potrzeb bezpośredniego odpowiadania na problemy i pytania zadawane przez uczestników. Dodatkowo uczestnicy otrzymają **wydrukowane materiały** zawierające filmiki, **obrazki** i **opisy**, do których mogą zwrócić się w celu znalezienia odpowiedzi na wszelkie prawdopodobne pytania, które pojawią się po zakończeniu seminarium.



Rycina 4. Zastosowanie Podstawowej Techniki Ergon® IASTM

3.6. Kurs Ergon® Poziom Zaawansowany - Harmonogram

SOBOTA

9:00 - 09:30 (30 minut)

Wprowadzenie do zaawansowanych technik:
Szczegółowe zasady teoretyczne, wskazania
i przeciwwskazania, oczekiwane rezultaty.

9:30 - 10:30 (1 godzina)

Ćw. 1. Zaawansowany Ruch Terapeutyczny Ergon:
Demonstracja Zaawansowanego Ruchu Terapeutycznego Ergon
(IASTM), praktyczne zastosowanie technik przez uczestników

10:30 - 11:00 (30 minut)

Technika ERGON: Badania, Studia Przypadków, Pytania

Przerwa kawowa 11:00 - 11:15

11:15-13:30 (2 godziny i 15 minut)

Ćw. 2. Technika ERGON Zaawansowana Procedura Skanowania
Ćw. 3. Tylny obszar Biodra (Taśma Powierzchnowa Tylna)
Ćw. 4. Tylny obszar Kolana (Taśma Powierzchnowa Tylna)
Ćw. 5. Obszar tylny, Powieź Podeszwowa (Taśma Powierzchnowa Tylna)
Ćw. 6. Przedni obszar Biodra (Taśma Powierzchnowa Przednia)
Ćw. 7. Przedni obszar, Kolano i Stopa (Taśma Powierzchnowa Przednia)

Przerwa obiadowa 13:30 - 14:30

14:30 - 16:15 (1:45 min)

Ćw. 8. Biodro (Naprężacz Powięzi Szerokiej, ITB)
Ćw. 9. Kolano (Taśma Boczna)
Ćw. 10. Przywodziciele (Taśma Głęboka Przednia)
Ćw. 11. Obszar krzyżowo - lędźwiowy (Taśma Tylna i Spiralna)

Przerwa kawowa 16:15 - 16:30

16:30 - 17:00 (30 minut)

Ćw. 12. Obszar szyjny (Taśma Tylna i Spiralna)

NIEDZIELA

9:00 - 10:45 (1.45 minut)

Ćw. 13, 14. Mięśnie brzucha (Taśma Przednia, Spiralna i Głęboka Przednia)
Ćw. 15. Ramię (Taśma Tylna)

Przerwa kawowa 10:45 - 11:00

11:00 - 12:00 (1 godzina)

Ćw. 16. Bark (Taśma Przednia i Głęboka Przednia)
Ćw. 17. Łokieć (Taśma Przednia i Tylna)

Przerwa kawowa 12:00 - 12:15

12:15 - 13:05 (50 minut)

Ćw. 18. Przedramię (Taśma Przednia i Tylna) - Nadgarstek i Dłoń
(Taśmy Kończyny Górnej)

Przerwa kawowa 13:05 - 13:20

13:20 - 14:00 (40 minut)

Ćw. 19. PROCEDURA TERAPEUTYCZNA ERGON,
Badanie i Terapia

14:00 - 14:30 (30 minut)

Dyskusja - Ocena i rozdanie Certyfikatów Uczestnictwa

Weź udział w naszych Kursach Międzynarodowych Naucz się innego podejścia terapeutycznego





TECHNIKA ERGON

www.ergontechnique.com 

info@ergontechnique.com 

ERGON IASTM Technique 

ERGON Technique IASTM 

ERGON Technique 