



Ústřední škola ČOS pořádá seminář

# KINEZIOTAPING PRO CVIČITELE

- Termín** 6. 12. 2015 (neděle), 9:30 – 16:00 hod.
- Místo** Praha, Tyršův dům – Újezd 450, 118 01 Praha 1,
- Poplatek** člen ČOS **650 Kč** (při platbě na účet **600 Kč**)  
nečlen **1250 Kč** (při platbě na účet **1200 Kč**)
- Program** V semináři kineziotapingu neboli tejpování se naučíte, jak pomoci sám sobě nebo svým blízkým při bolestech pohybového aparátu, jak uvolnit přetížené svaly, jak si pomoci ke správnému držení těla, případně jak ulevit při otocích nebo pohmožděninách. A to vše pomocí pružných kineziotejpovacích pásek.
- Určitě si i prakticky vyzkoušíte několik základních druhů tejpů a k ostatním dostanete alespoň teoretický návod. Dozvíte se, které části tejpů se natahují a které se jen pokládají, což je základ kineziotapingu, který se ze žádných obrázků a fotek nenaučíte.
- Jednu krabičku kvalitního kineziotejpu v hodnotě 250 Kč dostanete od nás zdarma.
- Účastníci obdrží osvědčení o doškolení v rozsahu 6 hodin.
- Lektor** *Mgr. Eliška Peterková, Mgr. Alena Duchačová – fyzioterapeutky*
- Číslo akce** 15-023
- Přihlášky** Přihlášku vyplňte **do 20. 11. 2015** na adrese: <https://goo.gl/7vntDF>  
Všem přihlášeným účastníkům potvrdíme přijetí přihlášky. ÚŠ ČOS si vyhrazuje právo v případě nízkého počtu účastníků akci zrušit, v případě naplnění maximální kapacity akce ukončit příjem přihlášek před uzávěrkou. Kapacita akce je omezena na 30 účastníků.
- Podrobnější informace o akci spolu s informacemi o platbě (číslo účtu a variabilní symbol) Vám budou zaslány na e-mail uvedený při registraci nejpozději dva týdny před konáním akce.
- S sebou** Ostré nůžky, pohodlné oblečení a počítejte s tím, že si budete odkládat do prádla.
- Kontakt** Hana Šturcová, [hsturcova@sokol.eu](mailto:hsturcova@sokol.eu), tel.: 257 007 259

Mgr. Martin Chlumský, DiS.  
ředitel ÚŠ ČOS