

Programma

Cursus Stabiliteitstraining onder de loupe genomen

	Omschrijving programma-onderdeel	Specifiek doel
1	Dag 1:	Inzicht bieden in theoretische achtergronden van spierfunctie en core stability
2		Inzicht bieden in wetenschappelijke achtergronden van Uncontrolled movement *ontstaan *definitie *pijninhibitie *muscle dominance
3		Het in kaart brengen en toepassen van spierspecifieke revalidatie per spiergroep
4	Dag 2:	Het in kaart brengen en toepassen van spierspecifieke revalidatie per spiergroep
5		Spierspecifieke revalidatie toepassen middels casuïstiek
6		Toepassing rondom hoog belaste spierspecifieke training