

## Harmonogram kurzu chiropraxie.

### Piatok

- začíname o 13 00 hod

- techniky nápravy vybočeného palca nohy /hallux valgus/
- techniky nápravy členku
- techniky nápravy kolena
- techniky nápravy bedrového kĺbu + korekcia dĺžky končatín
- objasnenie statiky tela a chrbtice zvlášť
- techniky nápravy panvy
- techniky nápravy kostrče
- techniky nápravy krížovej chrbtice

- končíme cca o 18 00

### Sobota

- začíname o 9 30 hod

- techniky nápravy hrudnej chrbtice
- techniky nápravy krčnej chrbtice s dôrazom na Atlas a C7
- otváranie hrudníka + rebrá + kľúčna kosť
- techniky nápravy sánky
- techniky nápravy zápästia a palca
- techniky nápravy lakťa /tenisový lakeť, posuny kĺbových spojení medzi ramennou kosťou a lakťom/
- techniky nápravy ramena /zamrznuté rameno, bolestivé rameno pri zdvihu/ + dotláčanie v uhle
- techniky nápravy lopatky

- prestávka na obed od 13 30 do 14 45

- končíme o 18 00

### Nedeľa

- začíname o 9 30

- ukážky a vysvetlenie systému chiropraxie brucha
- naprávanie žalúdka a čriev- uvoľňovanie ostatných častí brucha
- chiropraxia obličiek a vzťahy medzi obličkami a orgánmi
- záverečné napravenie účastníkov kurzu

- končíme o 13 00

Závazné prihlášky môžete poslať na [zdenkogasperak@azet.sk](mailto:zdenkogasperak@azet.sk)

Prosím o:)

- meno a priezvisko s diakritikou a titulom
- telefonický kontakt,
- rok narodenia
- bydlisko

**Na kurz zapisujeme na základe zaplatenej zálohy.**

/Tento dokument budete podpisovať pred zahájením kurzu/.

**Súhlas s ošetrením a prijatie osobnej zodpovednosti.**

Súhlasím s ošetrením pohybového aparátu, vnútorných orgánov a systémov u maséra Zdenka Gašperáka počas konania kurzu v dobe ....

Prehlasujem, že som poskytol/poskytla pravdivé a úplné informácie o mojom zdravotnom stave a som si vedomý/á prípadného rizika a reakcií organizmu pri manipulácii s mojím telom.

Bol som poučený/á a upozornený/á pánom Gašperákom na maximálnu opatrnosť, citlivosť a ohľaduplnosť pri skúšaní jednotlivých techník na ostatných členoch kurzu.

Zároveň preberám plnú zodpovednosť za prípadné negatívne následky môjho konania v tejto záležitosti.

Toto prehlásenie je prejavom mojej slobodnej vôle a potvrdzujem ho svojím podpisom.