

# Kinesiotaping

Kinesiotaping is een vrij nieuwe methode, deze methode is de revolutie op het gebied van functioneel tapen.

Het is gebaseerd op principes uit de chiropractie en de kinesiologie.

Bij deze functionele aanpak wordt een neuroreflectoire mechanisme gecombineerd met mechanische sturing.

Kinesiotaping versnelt het genezingsproces en geeft pijnvermindering.

De methode wordt wereldwijd succesvol toegepast door fysiotherapeuten, (sport)artsen, medical trainers en sportmassieurs/verzorgers.

## **Afvoer en pijnvermindering:**

Bij blessures, chronische aandoeningen en ontstekingsreacties ontstaat drukverhoging in het weefsel en pijn met reflectoire aanpassingen in de fascia.

Door deze drukverhoging wordt de bloedcirculatie en de lymfe-afvoer belemmerd, waardoor de druk op de nociceptoren toeneemt. Het lichaam vertaalt dit als pijn.

Meteen na het tapen wordt vermindering van pijn en meer bewegingsvrijheid ervaren.

De doelstelling is het vergroten van de bewegingsvrijheid waardoor de cliënt makkelijker kan bewegen en oefenen. De liftende werking van Kinesiotape stimuleert de afvoer van oedeem en afvalstoffen en zorgt voor druk- en pijnvermindering in het weefsel.

De bewegingsvrijheid neemt toe waardoor het herstelproces bevorderd wordt.

Dit betekent een sneller herstel.

## **Eigenschappen van de tape:**

Kinesiotape is niet te vergelijken met sporttape, de tape is:

- Van een speciaal soort textiel die geweven is als de huid.
- Elastisch en rekbaar tot 140%.
- Ventilerend.
- Lucht doorlatend.
- Vochtbestendig waardoor je ermee kunt douchen en zwemmen.
- (Meestal) hypoallergeen.
- Makkelijk te knippen.
- Meerdere dagen te dragen.
- Gemakkelijk weer te verwijderen van de huid en laat geen lijmsporen achter.

### **Verschillende technieken:**

- Spier technieken (het toniseren en detoniseren van de spieren)
- Ligament technieken
- Beïnvloeding van de eindstand
- Pijnpunten / Triggerpoints
- Littekens, fibrose en hematomen
- Combinaties
- Menstruatie tape

De cursusklapper Kinesiotaping verzorgd door ATRIA-Eindhoven. De cursus is geaccrediteerd door het NGS, wat betekent, dat als je daarvoor in aanmerking komt, je 12 accreditatiepunten ontvangt voor deze cursus.

De cursus Kinesiotaping wordt gegeven op **3 maandagen** van **18.30 – 23.00 uur**.

Cursusdagen 26 augustus, 2 en 9 september 2018

Cursus locatie: Medi Sport VOF Born (Parkweg 5)

Aantal deelnemers 16-20. VOL=VOL

### **Inschrijven:**

Het inschrijfgeld bedraagt **€ 50,00**.

Dit bedrag mag later bij de betaling van het ondervermelde cursusgeld worden afgetrokken.

Indien de inschrijving NIET wordt doorgezet komt het inschrijfgeld ten goede aan het opleidingsinstituut, als tegemoetkoming in administratie- en reserveringskosten.

Cursusgeld: **€ 280,00**

### **Bij het cursusgeld zijn inbegrepen:**

- Cursusmap
- Gebruik tape gedurende de cursus
- Certificaat
- Koffie / thee