

## กำหนดการการอบรม Kinesio Taping Method KT1,2

วันศุกร์ที่ 28 เมษายน 2560 : KT 1 (Kinesio Taping ชั้นเบื้องต้น (Fundamental))

8.00 - 8.30 น.	ลงทะเบียน
8.30 - 8.40 น.	กล่าวต้อนรับ ผู้เข้าอบรม และเปิดการอบรม
8.40 - 10.30 น.	บทนำ การเข้าสู่เนื้อหาของ Kinesio Taping (ความป็นมา, หลักทฤษฎี คุณสมบัติ และแนวการประยุกต์ใช้กับร่างกาย)
10.30 - 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 - 12.10 น.	หลักการในการประยุกต์ใช้ การเตรียมตัว ข้อห้าม ข้อควรระวัง
12.10 - 13.00 น.	พักทานอาหารกลางวัน
13.00 - 15.00 น.	<b>ปฏิบัติการ</b> การตรวจประเมินเบื้องต้นและการประยุกต์ใช้เทป เพื่อรักษาเบื้องต้นที่กล้ามเนื้อในส่วนคอ บ่า แขน
15.00 - 15.15 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.15 - 16.45 น.	<b>ปฏิบัติการ</b> การตรวจประเมินเบื้องต้นและการประยุกต์ใช้เทปเพื่อรักษาเบื้องต้นที่ กล้ามเนื้อในส่วนหลังและขา
16.45 - 17.00 น.	สรุปและซักถามข้อสงสัย

วันเสาร์ที่ 29 เมษายน 2560 : KT 2 (Kinesio Taping ขั้นก้าวหน้า (Advance))

- 8.00 - 8.30 น. ทบทวนและซักถามข้อสงสัย
- 8.30 - 10.00 น. พื้นฐานการใช้ Kinesio Taping เพื่อ Correction concept  
Mechanical Correction Technique : **ปฏิบัติการ** การใช้ Kinesio Tape  
ในกรณีที่ต้องต่อขาดความมั่นคง ข้อไหล่หลุด-เคลื่อน เจ็บที่บริเวณเข่า (สะบ้า) ขณะ  
เคลื่อนไหว
- 10.00 - 10.20 น. พักรับประทานอาหารว่าง
- 10.20 - 12.00 น. Fascia Correction Technique: **ปฏิบัติการ** การใช้ Kinesio Tape  
ในกรณีที่เนื้อเยื่อมีการบาดเจ็บ เอ็นข้อศอกอักเสบ Tennis's elbow or  
Golfer's elbow, เอ็นด้านนอก ต้นขาตึง Iliotibial band tightness
- 12.00 - 13.00 น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- 13.00 - 15.00 น. Space tendon and ligament Correction Technique: **ปฏิบัติการ**  
การใช้ kinesio tape ในกรณีที่ต้องการลดการกดทับ ข้อมือขา  
อาการเจ็บจากหมอนรองกระดูกสันหลังเคลื่อน ดึงที่ฝ่าเท้า
- 15.00 - 15.10 น. พักรับประทานอาหารว่าง
- 15.10 - 16.30 น. - Functional Correction Technique: **ปฏิบัติการ** การใช้ kinesio tape  
ในกรณีที่ข้อเท้าหรือข้อมือตก ไหล่หลุดบ่อย  
- Circulatory/Lymph Correction Technique: **ปฏิบัติการ** การใช้ kinesio tape  
ในกรณีที่บวม ช้ำ
- 16.30 - 17.00 น. สรุปและซักถามข้อสงสัย
- 17.00 - 17.30 น. มอบใบประกาศนียบัตร ถ่ายภาพร่วมกัน