

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Akupressur

Så er det ved at være tid, hvis du vil med på akupressuruddannelsen, der starter i august. Uddannelsen som Eksamineret Akupressør er Lasota Terapi Akademi's alternative uddannelse og er et betydningsfuldt supplement til den traditionelle fysiurgiske massage, men den kan ikke erstatte den.

Til gengæld kan massøren tilbyde en meget bredere terapi, hvor det også sætter terapeuten i stand til at behandle sygdomme eller opnå endnu bedre resultater i sin traditionelle fysiurgiske massage, hvis effekt ofte er mere mekanisk begrænset.

Kinesisk akupressurmassage er en terapiform, som er opbygget gennem mere end 2600 år, og hvor der arbejdes med de komplette mekanismer i kroppens refl ekssystemer. Terapien, der anvendes i dag, er stort set den samme, som den der blev brugt 500 år f.Kr., og har udgangspunkt i Konfutses fi losofi , etik og Taoismen som den religiøse tankegang. Selv om der er forsket meget i effekterne af akupressur, er der i dag, trods mange teorier, ingen endelig forklaring på dens virkninger, udover at alle stort set er enige om dens gode effekter.

Sågar verdenssundhedsorganisationen WHO har udarbejdet en liste med over 60 sygdomme, hvor akupressur og akupunktur anbefales som terapi. Om akupressur (aku betyder punkt og pressur betyder pres) er mere effektiv end akupunktur (punktur betyder stik) er umuligt at sige, hvilket ofte afhænger af hvordan terapien udføres og det enkelte sygdomsbillede. Dog har akupressuren visse fordele, f.eks. patienter med nåleskræk eller når det drejer sig om børn, og er i dag også den mest udbredte terapi i Kina.

Uddannelsesdage:

Fredericia: tirsdage fra 9.00-13.30 med start d. 24. august.

København: tirsdage fra 17.00-21.30 med start d. 24. august.

Pris: kr. 25.000,- hvor man betaler et tilmeldingsgebyr på kr. 4.000,- og 12 rater á kr. 1.750,-

Tilmelding på tlf. 75915758 eller mail info@lasota.dk/ ulla@lasota.dk; der er højest plads til 16 personer min. 8 personer.

Lægeeksamineret Idrætsskadeterapeut

Er du som massør træt af at sende dine klienter videre, når de kommer med en skade, er det måske uddannelsen som lægeeksamineret idrætsskadeterapeut, du skal tilmelde dig.

Uddannelsen som Lægeeksamineret Idrætsskadeterapeut er en overbygning til skolens lægeeksaminerede massøruddannelse. Uddannelsen giver en bred faglig viden i problematikken omkring idræts- og bevægeapparatsskader.

Uddannelsen er den eneste af sin art i Danmark, og er en dansk udgave af den amerikanske sportstherapist-uddannelse. Uddannelsen er nøje sammensat med ligevægt mellem teori og praktik. I den teoretiske del gæes der bl.a. i dybden med bevægeapparatets anatomi, fysiologi, biomekanik og skaders opståen. I den praktiske del øves der i undersøgelsesmetodikker, MFR, genoptræning, optapening og en lang række avancerede fysikalske behandlingsmetoder.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Udover en grundig indsigt i genoptræning og forskellige behandlingsformer, oplæres eleverne i diagnosticering og i anvendelse/regler for forskellige former for behandlingsudstyr. Heriblandt ultralyd, laser og elektrostimulation til de mest almindelige skader. Uddannelsen lægger stor vægt på ikke blot at opnå viden om forskellige behandlinger, men i høj grad også om hvad man bør undgå at begive sig ud i. En fejlagtig behandling kan i værste fald forværre den pågældende skade. Derfor er det vigtigt, at terapeuten kan foretage en professionel korrekt behandling, så den skadede hurtigst muligt kan genoptage sin idræt og/eller sit arbejde.

Langt de fleste idrætsskader er mindre skader, der i det daglige ikke volder mærkbare problemer, men gør at man ikke kan dyrke sin idræt uden gener. Disse skader overses ofte i det offentlige behandlingssystem, men kræver alligevel en hurtig og korrekt behandling for at mindske rehabiliteringsperioden. For mange idrætsudøvere, og specielt for eliten, kræves en perfekt fysik for at yde toppræstationer, og selv en mindre skade kan medføre dårlige resultater eller mindsket idrætsaktivitet.

Uddannelsesdage:

Fredericia: fredage fra 9.00-16.30 med start d. 23. juli.

Fredericia: lørdage fra 9.00-16.30 med start d. 24. juli.

København: torsdage fra 9.00-16.30 med start d. 22. juli.

Pris kr. 22.000,- hvor du betaler et tilmeldingsgebyr på kr. 4.000,- og 5 rater á kr. 3.600,-. I prisen får du materialer og en behandlertaske med indhold.

Tilmelding på tlf. 75915758 eller mail info@lasota.dk/ ulla@lasota.dk; der er højest plads til 16 personer min. 8 personer.

Lægeeksamineret Kost- og livsstilsvejleder

Uddannelsen som kost- og livsstilsvejleder er en speciel uddannelse til dig, der ønsker at vejlede og inspirere andre indenfor kost, sundhed og livsstil. Men er også for dig som blot ønsker at optimere din egen sundhed og livsstil.

Med fokus på det hele menneske kan uddannelsen supplere din eksisterende uddannelse eller stå for sig selv.

Det bliver klart for flere og flere, at fremtidens menneske er i stand til at helbrede sig selv.

Mange sygdomme kommer indefra, og skal derfor også helbredes indefra!

Den nye kost- og livsstilsuddannelse viser hvordan din krop netop er i stand til at helbrede sig selv.

Samtidig med at du lærer om kroppens muligheder for selvhelbredelse, arbejder du også med din egen sundhed. Således optimerer du din egen livsstil, inden du giver den videre til dine klienter.

Undervejs på uddannelsen lærer du bl.a. om følgende emner: funktionel anatomi og fysiologi, funktionel biokemi (kroppens biokemiske fabrik), dvs. hvordan kroppen fungerer, ernæringsfysiologi, herunder fedt, proteiner, kulhydrater, mineraler, vitaminer, urter, fiber og vand, samt fordøjelsen, diverse kostbegreber, diæter og metoder, konsultations sammensætning, indholdet og fortolkning af de forskellige tests og spørgeskemaer, såsom energitest og sundhedshjul, motivation og målsætning, forskellige livsstilsvaner der påvirker sundhed, såsom søvn, bevægelse, stress, tanker og følelser, og livsstilssygdomslære, samt hvordan du kommer i gang som vejleder, markedsføring, økonomi, mm.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Uddannelsen er baseret på, at du bliver i stand til at rådgive. Derfor går teori og praktik hånd i hånd med alt fra vejledning i at tilrettelægge dit eget kost- og livsstilsprogram, til hvordan du håndterer de forskellige typer klienter, der vil konsultere dig. F.eks. dem der gerne vil tabe sig, dem som ønsker mere energi i hverdagen, dem der vil træne til en maraton, dem der har dårlig tarmfunktion og meget mere.

Jobmuligheder

Med kost-/ og livsstilsvejleder uddannelsen kan du starte dit eget firma, hvor du tilbyder kost, sundheds og livsstils konsultationer for private og firmaer, holde foredrag, være tilknyttet sportshold og fitnesscentre, mm.

Uddannelsesdage:

Fredericia: torsdage fra 9.30-15.10

København: tirsdage fra 9.30-15.10

Pris: kr. 24.750,- og 9 rater á kr. 2.250,-

Tilmelding på tlf. 75915758 eller mail info@lasota.dk/ ulla@lasota.dk; der er højst plads til 16 personer min. 9 personer.

CYRIAX behandlerkursus

med evt. afsluttende eksamen.

Pga. enorm interesse udbydes endnu en Cyriax kursusrække i efteråret, men du skal være hurtig ude. Du behøver ikke vælge hele kursusrækken, men kan vælge dine interesseområder hvad enten det er fod eller skulder etc.

Ortopædisk terapi er et klinisk undersøgelses- og behandlingssystem for muskel- og skeletlidelser. Efter endte kurser vil du ikke længere benytte termer som "frossen skulder", "tennisalbue", "ischias", "rotatorcuffsyndrom", du vil lære at ramme mere præcist.

Ortopædisk terapi bygger bl.a. på:

En indgående forståelse af refereret smerte.

- Kundskab om anatomi.
- Nøjagtig og systematisk optagelse af sygehistorie og klinisk undersøgelse.
- Kundskab om hvordan de forskellige lidelser opstår og udvikles.
- Strukturdiagnosticering samt lokalisering.

Vi underviser i professionelle kliniske undersøgelser ud fra principper som:

- Færrest mulige test og mest mulig information.
- At strukturerne bliver testet præcist.
- Der undersøges med basistest og tillægstest.

Vi underviser i behandlingsmetoder som:

- Tværfriktioner/tværmassage på den skadede struktur.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



- Mobilisering og manipulationer.
- Udspænding af ledkapsler i eksempelvis "frossen skulder" og "hofteartrose"

Behandler i cyriax ortopædisk terapi, er bygget op af 5 moduler, og kan afsluttes med eksamen efter 5. modul. Det er helt op til dig selv, om du vil tage alle kurserne, eller om du vil have eksamen med. Blot du tager alle, hvis du skal have eksamen med. Der er KUN planlagt dette ene kursus i år, så tøv ikke. Kurserne kommer kun til at køre ved Lasota Terapi Akademi.

Forudsætninger; kurset henvender sig til alle; massører, zoneterapeuter, ISTER, columnaterapeuter og fysioterapeuter. Der udleveres kursusbevis efter endt kursus.

Underviser: Jan Vinding, Praktiserende fysioterapeut / Cyriax behandler, og er den eneste i Danmark med autorisation som underviser i systemet.

Sted: Lasota Terapi Akademi, Nørre Allé 11, 7000 Fredericia.

Kursusdage:

Cyriax 1: 16. og 17. august kl. 9.00-1630.

Cyriax 2: 20. og 21. september kl. 9.00-1630.

Cyriax 3: 18. og 19. oktober kl. 9.00-1630.

Cyriax 4: 15. og 16. november kl. 9.00-1630.

Cyriax 5: 6. og 7. december kl. 9.00-1630.

Pris: hvert kursus koster kr. 1.600,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost. (dog koster kursus 5 kr. 2.200,- såfremt du vil have eksamination).

Tilmelding på tlf. 75915758 eller mail info@lasota.dk/ ulla@lasota.dk; der er højst plads til 16 personer min. 8 personer.

Kursus i Ansigtsmassage

Kurset henvender sig til allerede uddannede massører, som har lyst til at udvide med ansigtsbehandlinger.

Der bliver gennemgået den traditionelle ansigtsmassage som kendes fra kosmetologernes uddannelse og bruges på diverse skønhedsklinikker. Akademiets to kosmetologer, som har meget stor erfaring fra deres egne klinikker, underviser i disse lektioner. Ligeledes vil der blive gennemgået den fysiurgiske massage af ansigt, nakke og hals, der primært bruges til klienter med muskulære problemer i dette område, det være sig f.eks. hovedpine, balance- og koordinationsproblemer, kæbe- og nakkesmerter.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Den praktiske del indeholder vejledning i behandling af områdets triggerpunkter, de såkaldte smertepunkter, der ved trykpåvirkninger kan nedsætte smerter og muskelkrampe i specielle områder. Kurset giver også en grundig viden om hovedets anatomi og fysiologi, dermatologi samt information om almindelige hudsygdomme, der kan forekomme i ansigtet.

Forudsætninger; kurset henvender sig til alle; massører, zoneterapeuter, Ister og columnaterapeuter. Der udleveres kursusbevis efter endt kursus.

Pris: kr. 4.000,- inkl. materialer.

Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia; hver torsdag fra 26/8-14/10 kl. 17.00-20.50.

Lasota Terapi Akademi, København; hver torsdag fra 7/10-25/11 kl. 17.00-20.50.

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: [info@lasota.dk/](mailto:info@lasota.dk) eller ulla@lasota.dk

Whiplash

2 dages kursus i Whiplash og dens terapimetoder.

Whiplash er et af de hyppigste nakketraumer, og alt for mange terapeuter står med ringe behandlingsforslag eller for ineffektive terapimetoder.

Med den rette viden kan whiplash sagtens behandles, om ikke helbredes helt så bedres væsentlig.

Kurset giver en bred gennemgang i whiplash, hvordan den opstår og hvilke symptomer samt følgeskader der opstår og vigtigst, hvad man som behandler kan gøre, der vil være masser af tid til workshops.

Du vil lære:

1. En samlet effektiv behandlingsstrategi for whiplash.
2. MET (muskel energiteknik) som er en teknik, der kan korrigere led.
3. Udspændingsteknikker.
4. ART (active release technique) der er en teknik, der kan få musklernes hypertonus ned.

Forudsætninger: kurset er primært for massører, zoneterapeuter og Ister; og der udleveres kursusbevis efter endt kursus. Der er højest plads til 16 personer min. 8 personer.

Pris: kr. 1.600,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost.

Underviser: Jan Lasota MT., D.Ac., DO-stud.

Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia; 9/9 og 10/9 fra 9.00-15.30.

Lasota Terapi Akademi, København; 10/8 og 24/8 fra 9.00-15.30.

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: [info@lasota.dk/](mailto:info@lasota.dk) eller ulla@lasota.dk

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Triggerpunktkursus

2 dages kursus i triggerpunkter.

På kurset vil der være lidt anatomi/fysiologi i forbindelse med hvor og hvordan triggerpunkter opstår. Du vil lære hvad et triggerpunkt er, hvordan de påvirker musklerne og kædesystemerne i kroppen.

Du lærer:

1. Diagnosticering af triggerpunkter på muskelkædeniveau.
2. Behandling af muskelkæderne.
3. Hvordan du diagnosticerer det enkelte punkt og dets funktionsområde på bevægeapparatet.
4. Trykbehandling af et triggerpunkt.
5. Cryoterapi (is-behandling).
6. Proprioceptiv (kinesio) tapening.

Forudsætninger: kurset er primært for massører, zoneterapeuter og IST'er; og der udleveres kursusbevis efter endt kursus.

Der er højest plads til 16 personer min. 8 personer.

Pris: kr. 1.600,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost.

Underviser: Jan Lasota MT., D.Ac., DO-stud.

Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia; 25/8 og 26/8 fra kl. 9.00-15.30.

Lasota Terapi Akademi, København; 6/9 og 8/9 fra kl. 9.00-15.30.

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: info@lasota.dk/ eller ulla@lasota.dk

Tag SI-dysfunktion niveau 1-6 og bliv:

Eksamineret Pelvisterapeut ad modum manuel terapi.

Næsten alle oplever på et eller andet tidspunkt og få ondt i ryggen, og mange dør med kroniske lænde-/rygsmerter. Det er ved flere undersøgelser bevist, at ved mere end en ud af tre, at årsagen skal findes i bækkenet. Alle kender til pelvis dysfunktioner f.eks. bækkenløsning, hypermobilitet, låsninger og diverse problemer efter traumer.

SI-kurserne er bygget op i 5 forskellige niveauer, hvor du efter hver eneste kursus kan gå hjem i klinikken og praktisere det lærte med god effekt. Du behøver altså ikke tage alle kurserne, før du er i stand til at behandle dine patienter, man kan tage dem over tid som det passer dig. Dog skal du have kursus 1 (med mindre du er IST'er) inden du kan tage kursus 2, og 2 før du tager kursus 3 osv.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Kursus 1 giver en overall forklaring på pelvis, anatomen, fysiologien og hvordan leddet kan behandles alment. Teknikkerne vil kunne afhjælpe ca. 70 procent af folk med dysfunktioner. Kurset er på IST niveau, og er for alle der som minimum har en eksamineret massøruddannelse.

Kursus 2 gennemgås der i detaljer omkring ilium, biomekanik, dens bevægelser og dysfunktioner over sacrum, hvad det betyder for underekstremiteterne. Der gennemgås anterior, posterior rotations læsioner, inflare og outflare læsioner. Behandling vil primært være mobilisering af ligamenterne og manipulation af iliosacralledet.

Kursus 3 gennemgås sacrum, dens mange bevægeakser, pelvis indflydelse under gang. Der findes her end del læsioner, nutationslæsioner, rotationslæsioner over skrå akser mv. Muskel energi teknik (MET) og manipulation er de primære behandlingsformer der læres.

Kursus 4 bør altid tages såfremt man har kursus 3, da en betingelse for en ordentlig effekt i terapien omkring dysfunktionerne i sacrum, er at lumbalen også kan rettes. På 4. kursus gennemgås L4 og L5 dysfunktionerne, der opstår når sacrum er fejlstillet. Der vises forskellige behandlings forslag.

Kursus 5 medtages de følgeskader der kan opstå i lillebækkenet og underekstremiteterne. Hvordan de kan undersøges, og behandles. Dette kunne være blære- og underlivsproblemer, nedsat arteriel flow til benene, hofte-, knæ- eller ankellidelser der opstår pga. den fejlstilling der opstår i bækkenet. Der kigges også på de forskellige muskelkæder der påvirker pelvis og hvordan de påvirker.

Kursus 6 er en opsummering af kursus 1-5. Her vil man repetere alt fra de forskellige kursusmoduler, og sætte det sammen til en avanceret undersøgelsesmetodik og behandlingsforslag, som giver en detaljeret komplet helhed. Hvis man har lyst kan man her afslutte kursus 6 med en mindre skriftlig og praktisk eksamen, og herefter vil man have diplom på man behersker pelvisterapi på allerhøjeste niveau. Der gives efter følgende et bevis hvorpå der står Eksamineret Pelvisterapeut ad modum manuel terapi.

Hvert kursus kommer maksimalt til at køre 2 gange om året, og kursus 5-6 kører første gang i efteråret.

Pris: hvert kursus koster kr. 1.600,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost. (dog koster kursus 6 kr. 2.200,- såfremt du vil have eksamination).

Nedenfor kan du se hvilket kursus der kører i efteråret 2010, og der er begrænsede pladser på 16.

Underviser: Jan Lasota MT., D.Ac., DO-stud.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia;

Kursus 5: 19/10 og 2/11 fra kl. 9.00-15.30;

Kursus 6: 1/12 og 14/12 fra kl. 9.00-15.30.

Lasota Terapi Akademi, København;

Kursus 1: 15/8 og 22/8 fra 9.00-15.30;

Kursus 2: 7/9 og 14/9 fra kl. 9.00-15.30;

Kursus 3: 15/11 og 17/11 fra kl. 9.00-15.30;

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: info@lasota.dk/ eller ulla@lasota.dk

Kinesio taping

Siden oprindelsen af Kinesio Taping, medio 1970 i Japan, har metoden udviklet sig i stort omfang.

I Europa har adskillige terapeuter, i flere lande, videreudviklet anvendelses-mulighederne med Kinesio Taping siden 1997. Den elastiske tape og dens metode fremmer det optimale bevægelsesforløb, som er nøglen til en optimal rehabilitation eller restitution.

Tapen er oprindeligt udviklet i 1970'erne af den japanske læge Kenzo Kase, der uddannede sig i USA, og derved blev metoden spredt og videreudviklet. Sidenhen blev den via Holland og England spredt ud over det meste af Europa, hvor den stadig er ny og vinder fremgang. Der udvikles hele tiden nye applikationsmåder og der kommer underbyggende evidente undersøgelser, der bekræfter dens virkninger. □□ På Kinesiotape kurset bliver der gennemgået teoretisk forskellige virkningsmekanismer, samt en masse forskellige tapingmetoder for en del af de mest almindelige problemer i bevægeapparatet. Du får på kurset en del praktik i at lægge tapen på, og vil umiddelbart kunne gå hjem i klinikken og med god effekt anvende teknikkerne efter endt kursus. □□

Den oprindelige behandlings "målgruppe" med Kinesio Taping var musklerne, men efterhånden kan tapen bruges effektivt til både muskel- og ledbåndsskader og gener; til at korrigere ledposition eller bevægelsesretning uden at hæmme bevægelsen; til at lindre smerte, til lymfedrænage, til meridianterapi, m.m. Ved hjælp af samme tape, dog med forskellige teknikker.

Kinesio Taping er en effektiv supplerende behandlingsmetode ved for eksempel: fibersprængning, ankeldistorsion, bækkeninstabilitet, hælspore, tennisalbue, lumbago, springerknæ, trælår, arvæv mv.

Der gives undervisningsbilag, som viser de forskellige teknikker for de enkelte problemer, men der er også mulighed for at anskaffe sig en kinesiotape bog med tilhørende DVD.

Underviser: Jan Lasota MT., D.Ac., DO-stud.

Lasota Terapi Akademi's kurser/uddannelser 2. halvår 2010



Forudsætninger; kurset henvender sig til alle; massører, zoneterapeuter, ISTer, columnaterapeuter og fysioterapeuter. Der udleveres kursusbevis efter endt kursus.

Pris: kr. 900,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost.

Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia; Onsdag d. 3/11 fra 9.30-16.30.

Lasota Terapi Akademi, København; 23/8 fra 9.30-16.30.

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: [info@lasota.dk/](mailto:info@lasota.dk) eller ulla@lasota.dk

MET af ekstremiteter

Muskel energi teknik regnes for en af de mest effektive behandlingsmetoder overhovedet inden for den manuelle behandling. Teknikken kan ikke bare bruges til at normalisere hypertone muskler og rette fejlstillinger i led, men kan også aktivere hypotone, fjerne lokale ødemer og nedsætte lokale smerter. Teknikkerne bruges af alle behandlere i hele verden for primært forskellige bevægeapparatslidelser, og der er skrevet mange bøger og afhandlinger om emnet, siden DO / MD Fred Michell Sr. beskrev teknikkerne og dens mange effekter. På IST-uddannelsen beskæftiger vi os en smule med emnet på enkelte skader, og columnaterapeuterne behersker adskillige teknikker for forskellige dysfunktioner op igennem hele columna. Nu laves der også et MET kursus af ekstremiteterne, hvor der gennemgås forskellige muskulære problemer i ekstremiteterne.

Teknikkerne er "safe and simple" og du kan gå direkte hjem og praktisere de forskellige teknikker på dine patienter med stor effekt.

Der er indtil videre kun planlagt dette ene kursus i år.

Forudsætninger; kurset henvender sig til alle; massører, zoneterapeuter, ISTer, columnaterapeuter og fysioterapeuter. Der udleveres kursusbevis efter endt kursus.

Pris: kr. 1.600,- inkl. materialer, kaffe og en sandwich til frokost.

Underviser: Jan Lasota MT., D.Ac., DO-stud.

Sted og tidspunkt:

Lasota Terapi Akademi, Fredericia; 9/11 og 23/11 fra kl. 9.00-15.30.

Lasota Terapi Akademi, København; 5/10 og 12/10 fra 9.00-15.30.

Tilmelding: tlf. 75915758 eller mail: [info@lasota.dk/](mailto:info@lasota.dk) eller ulla@lasota.dk