



**FOCUS ESTONIA**  
FOCUS ON HEALTH

<b>Õppekava nimetus:</b>	<b>Liigesmobilisatsiooni tehnikad</b>
<b>Õppekavarühm:</b>	teraapia ja taastusravi.
<b>Õppe kogumaht, sealhulgas auditoorse, praktilise ja iseseisva töö osakaal:</b>	30 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 24 tundi kontaktõpet ja 6 tundi iseseisvat tööd
<b>Õpiväljundid:</b>	Kursuse lõpuks õppija rakendab liigesmobilisatsiooni tehnikaid vastavalt kliendi seisundile ja vajadustele.
<b>Õppesisu:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sissejuhatus liigesmobilisatsiooni</li><li>• Anatoomia ja biomehaanika</li><li>• Liigeste liikuvuse hindamine</li><li>• Mobilisatsioonitehnikad</li><li>• Kliinilised rakendused</li><li>• Ohutus ja vastunäidustused</li><li>• Praktiline osa</li><li>• Teraapia planeerimine ja enesehooldus</li><li>• Kliendi nõustamine</li></ul>
<b>Sihtgrupp:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Füsioterapeudid</li><li>• Massaažiterapeudid</li><li>• Osteopaadid ja manuaalterapeudid</li><li>• Kiropraktikud</li><li>• Sporditreenerid ja -spetsialistid</li><li>• Rehabilitatsioonispetsialistid</li><li>• Meditsiinitöötajad</li><li>• Igaüks, kes on huvitatud keha liikuvusest ja tervisest</li></ul>
<b>Õppekeskkonna kirjeldus:</b>	õpe toimub Focus Estonia koolitusasutuses, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega (massaažilauad, toolid, arvuti, ekraan, rätikud, jalarullis, kätepaber, desenfitseerimisvahend)
<b>Õppematerjalide loend:</b>	õpetaja poolt koostatud kospekt.

<b>Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:</b>	koolitusel õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitte läbinud õppijale väljastatakse tõend.
---	---

Koolituse viib läbi Constantine Berman (LMT, NMT, SKTP, LicAc).

Massaažiõpetaja erinevates valdkondades 30-aastase praktika kogemusega:

- massaaži ja Hiina meditsiini raamatute autor
- avaldanud artikleid erialastes ajakirjades (Kosmetik International, Les Nouvelles estétique jt).
- esineja erinevatel konverentsidel ja professionaalsetel foorumitel, kohalike (Baltikum)
- rahvusvaheliste massaaživõistluste žürii liige.
- erinevate koolitusformaate autor somaatilise kroonilise valu ja Remodeling facial chiromassage® kursuse kohta