

# Tecniche di Bendaggio Neuromuscolare

## Giorno 1

- 08.30 Registrazione partecipanti
- 09.00 Teoria e concetti
- 10.30 Introduzione tecniche muscolari
- 11.00 Coffee Break
- 11.20 Applicazioni muscolari arto superiore (trapezio, deltoide, sovraspinato, infraspinato, bicipite brachiale, tricipite brachiale, gran pettorale)
- 13.00 Lunch
- 14.00 Applicazioni muscolari tronco (romboide, retto dell'addome, quadrato dei lombi, sacrospinale, quadrato dei lombi, estensori della colonna, sternocleidomastoideo, scaleni)
- 16.00 Coffee Break
- 16.20 Applicazioni muscolari arto inferiore (ileo psoas, adduttore lungo, grande adduttore, grande gluteo, medio gluteo, tensore della fascia lata)
- 18.00 Discussione

## Giorno 2

- 09.00 Revisione tecniche muscolari giorno 1
- 10.00 Applicazioni muscolari arto inferiore (retto del femore, bicipite femorale, tibiale anteriore, peronieri, estensore lungo dell'alluce, gastrocnemio)
- 11.00 Coffee Break
- 11.20 Ginocchio (tendine rotuleo, LCM, LCL, LCA, femoro-rotulea, applicazioni cliniche)
- 13.00 Lunch
- 14.00 Caviglia (tendine achilleo, PAA, PAP, PC, applicazioni cliniche)
- 15.00 Spalla e gomito (applicazioni cliniche)
- 16.00 Coffee Break
- 16.30 Polso e dita (applicazioni cliniche)
- 17.00 Introduzione tecniche linfatiche (ematoma e linfedema)
- 17.30 Q&A
- 18.00 Chiusura lavori

