

תוכנית הקורס – חלק א' : ימי ה' 9:00-16:30, למעט מפגש 1 ביום ג' ה-28/3, במקום יום ה' ה-30/3.

מיקום	מרצה	נושא	שעה	מפגש/ תאריך
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	פתיחה והיכרות	9:00-10:30	מפגש 1 23/02/17
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	דר' עדי אורנשטיין	אנטומיה ופיזיולוגיה של האישה ההרה		
		הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	דר' עדי אורנשטיין	אנטומיה ופיזיולוגיה של האישה ההרה	11:00-12:30	
		הפסקה	12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	דר' עדי אורנשטיין	מעקב הריון, הריון בסיכון, מחלות וסיכונים בהריון	13:00-14:30	
		הפסקה	14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	דר' עדי אורנשטיין	שלבי הלידה - סכימה כללית. משכב לידה. סיכונים לאחר לידה	15:00-16:30	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	שחר ניס	פיזיולוגיה של המאמץ – מושגי יסוד - חזרה	9:00-10:30	מפגש 2 02/03/17
		הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	שחר ניס	פיזיולוגיה של המאמץ – מרשם למתאמן הבריא	11:00-12:30	
		הפסקה	12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	סדנה להסתכלות ובדיקה בהריון ולאחר לידה	13:00-14:30	
		הפסקה	14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	לי סלע	שרירי בטן בהריון ולאחר לידה	15:00-16:30	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	ישראלה וייס	פיזיולוגיה של המאמץ – מרשם לאישה בהריון	9:00-10:30	*מפגש 3 09/03/17
		הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	ישראלה וייס	פיזיולוגיה של המאמץ – מרשם לאישה לאחר לידה	11:00-12:30	
		הפסקה	12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	תמר שרון סבן	כאבי שריר שלד בהריון ולאחר לידה	13:00-14:30	
		הפסקה	14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	תמר שרון סבן	טכניקות איבחון וטיפול בכאבי שריר שלד בהריון ולאחר לידה	15:00-16:30	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	תמר שרון סבן, גזית מרגלית	תרגול טכניקות מנואליות לטיפול בהריון	9:00-10:30	*מפגש 4 16/03/17
		הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	תמר שרון סבן, גזית מרגלית	תרגול טכניקות מנואליות לטיפול לאחר לידה +	11:00-12:30	

		שימוש בחגורות		
		הפסקה	12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	לידה נרתיקית ולידה קיסרית – דגשים והבדלים באימון לאחר לידה	13:00-14:30	
		הפסקה	14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	פילאטיס – הדר שוורץ	מפגש "טעימות" – תרגול ע"י מדריך	15:00-16:30	

		משכב לידה	9:00-10:30	*מפגש 5 23/03/17
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	נטע/ גזית	רצפת אגן בהריון	11:00-12:30	
			12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	נטע/ גזית	רצפת אגן לאחר לידה	13:00-14:30	
			14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	קיקבוקסינג- סיון מור	מפגש "טעימות" - תרגול ע"י מדריך	15:00-16:30	

		תזונה בהריון ולאחר לידה	9:00-10:30	*מפגש 6 28/03/17
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	טובה קראוזה – דיאטנית קלינית	הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	טובה קראוזה	תזונה בהריון ולאחר לידה	11:00-12:30	
			12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	הנחייה בקבוצה תרגול בקבוצה	13:00-14:30	
			14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	שמואלה	טעימות - פלדנקרייז	15:00-16:30	

		מבחן סיכום	9:00-10:30	*מפגש 7 06/04/17
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	הפסקה	10:30-11:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית/ אביטל בר חן	טייפינג בהריון	11:00-12:30	
			12:30-13:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית/ אביטל בר חן	טייפינג בהריון	13:00-14:30	
			14:30-15:00	
ביה"ס לפיזיותרפיה, אסף הרופא (אסה"ר).	גזית מרגלית	סיכום ופרידה	15:00-16:30	