

Anatomy Trains® Myofascial Meridians for Movement Therapists

תנועה, יציבות, קואורדינציה- תזיזו את האנטומיה של שלכם!

כל צורת תנועה שתבחרו- יוגה, פילאטיס, אימונים אישיים, תרגילים שיקומיים או תרפיה בתנועה- Anatomy Trains מציעה מיומנויות בהם יכולים להשתמש מטפלים בתנועה על מנת לראות ביתר בהירות את הקליינטים שלהם ולעבוד עמם ביתר אפקטיביות.

אנטומיה מסורתית היא כה סטאטית, בעוד אנשים הם תמיד בתנועה- Anatomy Trains מספקת את המעבר משריר לשריר דרך מארג פסיאלי. סופי השבוע של Anatomy Trains של תומס מאייר הם אינטנסיביים, הוליסטיים, מהנים ומאוד שימושיים. הקונספט של Anatomy Trains רואה מעבר לפעולת שריר מכאנית המבוססת על סיבה ותוצאה אל אינטגרציה של קשרים וחיבורים של תנועות היום יום הפונקציונאליות.

שנו לחלוטין את תפיסתכם אודות אנטומיה מיופסיאלית והרחיבו את יכולותיכם להעריך את יציבת לקוחותיכם ואת תבניות התנועה שלהם.

מבנה הסדנא:

הסדנא מחולקת לשלושה חלקים שמשכם פחות או יותר שווה:

1. הרצאה/הצגה על התפיסות והקווים.

2. BodyReading וניתוח יציבה/תנועה.

3. מתיחות, "התעוררות וטכניקות הכוונה על ידי מגע מספריית החינוך התנועתי שלנו (ושלכם)

קורס זה יסייע לכם:

BodyRead את דפוסי היציבה והתנועה של לקוחותיכם ביתר דיוק ואינטגרציה.

לרכוש גישה לאסטרטגיות טיפול לפתרון עיוותים יציבתיים שמקורם עלול להיות במרחק מה ממקום הכאב או המוגבלות הנראים לעין.

לאפשר לכם לשנות את דפוסי התנועה של לקוחותיכם.

מטרות הקורס:

להבין את האיכויות הבסיסיות של הקשר הטבעי של הרקמה, ה "tensegrity" בתנועה האנושית.

הקדמה תמציתית ורלוונטית לגיאומטריה/מאפיינים של רקמה פסיאלית והטופולוגיה של המישורים

הפסיאלים, להצליח לזהות ולעקוב אחר 6 מרידיאנים פסיאליים עיקריים ומשלימים עליהם נעים

תנועה, מתח ועיוותים יציבתיים. להצליח לקרוא תבניות יציבתיות של BodyRead בהתבסס על ניתוח

קווי Anatomy Trains. ליישם את הידע לבנות אסטרטגיות תנועה אלטרנטיביות על מנת להתיר ולעזור בפתרון התבניות שנצפו.

סביבה לימודית

הרצאה מאוירת

אווירה פתוחה ומעודדת לשאילת שאלות, רמה גבוהה של הומור וחיוניות.

המשתתפים יגעו אחד בשני ויתאמנו ב-BodyReading (הערכה ויזואלית) אחד על השני תחת השגחה של מנחה ועוזרים.

אנא שימו לב:

לעיתים קרובות סדנאות Anatomy Trains עוברות שינויים לקהלי יעד מסויימים, כגון יוגה או פילאטיס

וריאציות אלו מדגישות את ההשלכות התנועתיים על טכניקה ידנית או גישות אחרות. אנא ודאו כי

אתם רשומים לפורמט נכון של Anatomy Trains המתאים לצרכים שלכם.

ירון גל כרמל- ביוגרפיה

ירון גל כרמל למד עם תום מאייר תקופה ממושכת, הינו Advanced Rolfer מאז 1996, והוסמך על ידי תום כ- KMI Practitioner ב-1999. הוא מעביר סדנאות ב- Anatomy Trains והיה בסגל של ה- Muscular Therapy Institute in Massachusetts, שם לימד אנטומיה, קינסיוולוגיה ומסאג תאילנדי.

ירון היה שותף בייסוד The Therapy Center for Mind and Body, שם הוא מנהל קליניקה פרטית. הוא גר בבוסטון עם אשתו ובתו.

Anatomy Trains® Myofascial Meridians for Movement Therapists

Movement, Stability, Coordination - get your anatomy in motion!

Whatever your movement modality - yoga, Pilates, personal training, rehabilitative exercise, or dance therapy - Anatomy Trains offers skills that movement therapists can use to see their clients more clearly and work more effectively.

Traditional anatomy is so static, but humans are constantly in dynamic movement - Anatomy Trains gives you that transmission from muscle to muscle through the fascial fabric. Thomas Myers' Anatomy Trains® weekend intensives are holistic, fun and very useful. The Anatomy Trains concept moves beyond mechanical "cause and effect" actions of muscles to the integrative relational connections of real-life functional movement.

Completely transform your view of myofascial anatomy and expand your ability to assess your clients' postural and movement patterns.

Workshop Format:

The workshop is split into roughly equal time on

- 1. lecture/presentation of the concepts and the lines.**
- 2. BodyReading and postural / movement analysis.**
- 3. stretching, "awakening", and touch-cueing techniques from our (and your) movement education library.**

This course helps you:

BodyRead your client's postural and movement patterns with greater accuracy and integration.

Gain access to effective treatment strategies for resolving postural distortions, which may occur some distance from the obvious site of pain or limitation.

Enable you to make distinct changes in your clients' movement pattern

Course Objectives:

Understand basic properties and connected nature of fascia, and tensegrity applied to fascia and human movement

A succinct and relevant introduction to geometry/character of the connective tissue, and the topology of fascial planes

Be able to identify and trace the 6 major and 6 supplemental fascial

meridians along which movement, tension, and postural distortion travel

Be able to BodyRead postural patterns based on analysis of Anatomy Trains lines Apply knowledge to construct alternative movement strategies to help unwind and resolve the patterns observed.

Learning Environment:

Illustrated lecture.

Open inquiry atmosphere; questions encouraged.

high degree of vitality and humor.

Participants will exchange palpation and practice BodyReading (visual assessment) on one another under supervised analysis of instructor and assistants

Please Note:

Anatomy Trains workshops are frequently modified for particular audiences, such as yoga or Pilates, and these variations would emphasize the movement implications of these continuities over manual technique or other approaches. Please be certain that you are enrolled in the proper format of Anatomy Trains to fit your needs.