



## יום עיון ריצה לפיזיותרפיסטים בתחום הספורט

קבוצת עניין פיזיותרפיה בספורט - העמותה לקידום הפיזיותרפיה

תאריך: 13.6.2022 | מיקום: אצטדיון נתניה / מרכז אתלטיקליניק

תוכנית:

08:30 התכנסות

09:00 דברי פתיחה: **לירן ליפשיץ**, יו"ר קבוצת עניין פיזיו ספורט בעמותה  
**דן כהן** חבר קבוצת עניין פיזיו ספורט בעמותה

09:10 סקירה כללית בנושא פציעות ריצה: **ד"ר עופר זקס** אורתופד מנתח ברכיים ומומחה בפציעות ספורט. מנהל רפואי של המרכז הרפואי אתלטיקליניק

09:30 מי מפחד מפציעות ריצה? **מר יאיר שחר**: פיזיותרפיסט ומאמן ריצה. חוקר במסגרת תואר שני בפיזיותרפיה. לשעבר עוזר מאמן ופיזיותרפיסט של רצים בכירים בסגל האולימפי ובנבחרת ישראל בריצה למרחקים בינוניים וארוכים

09:45 טכניקת ריצה- מיתוסים ואמיתות. **מר ליאור כ"ץ**: פיזיותרפיסט קליני ומרצה בקורסי שיקום פציעות ריצה וניתוח ביומכאני.

10:05 הפסקת קפה

10:30 שמירת יכולות גופניות בזמן פציעה - אימוני קרוסטריינינג לשימור ושיפור: **מר אבי דה פילוסוף**. ספורטאי פראלימפי Wheelchair Racing, - ראש תחום ריצות ורכז תחום המדעים בקמפוס שיאים – מועדון הספורט אונ' ת"א, מאמן אתלטיקה, מאמן טריאתלון, בעלים ומנהל מקצועי של מועדון הריצה איזי-ספיד

10:50 "תוסף קולגן לשיקום פציעות ספורט ודלקות מפרקים?" : **מר גיא שלמון**: דיאטן ספורט ופיזיולוג מאמץ. מרצה בחוג למדעי התזונה המכללה האקדמית תל חי. דוקטורנטת בפקולטה לרפואה.

11:10 ניטור עומסים: **מר דן כהן** פיזיותרפיסט ומדריך כושר. מלווה ספורטאים לקראת תחרויות, מרצה בקורסים וסדנאות לקהל מקצועי. מפיק מפגשי 'מועדון סקירות הספרות לפיזיותרפיסטים'

11:25 החזרה מפציעה. **מר גוון קנינג** מאמן ריצה, טריאתלט ואיש ברזל. בעל ניסיון רב בריצות אולטרה בארץ ובעולם. מאמן רצים וטריאתלטים מעל שני עשורים.

11:45 הפסקת צהרים

12:40 המפתח להבנת ההתמודדות עם חווית הכאב בריצה: **גברת עירית סמילנסקי**, פיזיותרפיסטית ספורט ואורתופדיה ומטפלת CBT

13:00 ריצה מינימליסטית- יתרון או חיסרון? **מר מיכאל סילם**, פיזיותרפיסט ומנהל תחום הפיזיותרפיה במרכז הרפואי אתלטיקליניק

13:20 פיזיותרפיה בתחום הספורט- מעבירים את זה הלאה: **מרצה נבחר**

13:50 פאנל מומחים

14:40 פיזור לסדנאות

14:50 סדנאות:

(לקראת תחילת יום העיון - תקבלו אי מייל ממושרד העמותה המאפשר לכם לבחור את הסדנה בה תרצו להשתתף)

1. טיפוינג לפציעות ריצה נפוצות:  
מר לירן ליפשיץ: פיזיותרפיסט ומרצה פציעות ספורט ואורתופדיה- קליניקה פיזיו אנד מור
2. טכניקת ריצה:  
מר ליאור כ"ץ, פיזיותרפיסט קליני ומרצה בקורסי שיקום פציעות ריצה וניתוח ביומכאני.
3. סדנת היכרות עם מדרסים לרץ:  
מר ניר קריגר: פיזיותרפיסט בתחום הספורט, מאמן ומתאים מדרסים
4. חזרה לריצה לאחר הלידה:  
גברת לי סלע, MSc PT: פיזיותרפיסטית לרצפת האגן, מרצה ובעלת סטודיו "אומא" ברמה"ש. בסדנה נלמד קווים מנחים, מבדקים קליניים, תשאול ויצירת סרגל מאמצים. הסדנה מתאימה לפיזיותרפיסטים מכל התחומים, ללא צורך בהכשרות לבדיקה פנימי של רצפת האגן.

15:40 סיום ופיזור

להרשמה:

עלות ליום העיון: עלות לחבר עמותה: 110 ₪ / עלות ללא חבר 150 ₪

עלות חברות שנתי: 393 ₪

לבדיקת תוקף חברות [לחצו כאן](#)

[השתתפות לבעלי תו ירוק בלבד](#)

[להרשמה ליום העיון - לחצו כאן](#)