

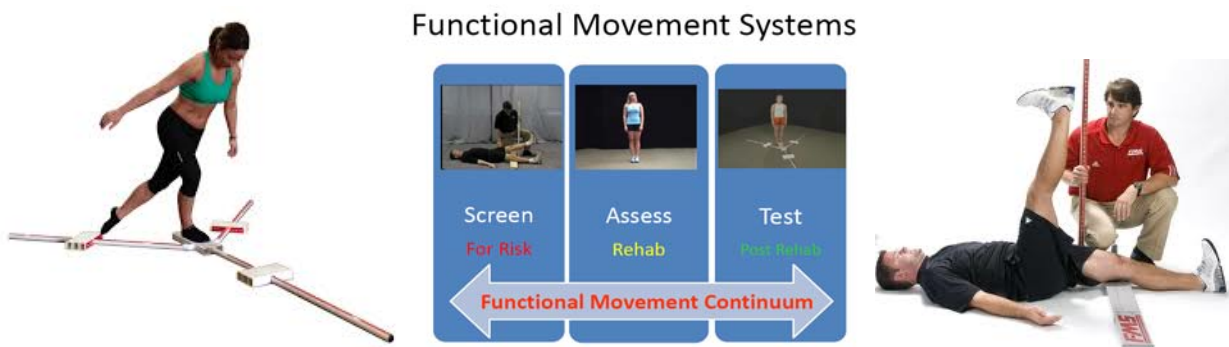
**”אקטיביקס” בשיתוף החברה לרפואת ספורט, ההתאחדות לכדורגל  
וארגון ה FMS העולמי שמחים להזמין ליום עיון:**

**שיפור יכולות ועמידות של ספורטאים  
באמצעות אבחון פונקציונאלי ותרגול תנועתי מדורג  
FMS, Y Balance Test, SFMA - ומה שביניהם**

**Enhancing Athlete Durability**  
*by Objectively Assessing and Progressing Movement  
FMS, Y Balance Test, SFMA and beyond*

Dr Robert Butler, PT, PhD (Duke University, USA)

**יום רביעי, 10.7.13, 08:00-13:30**  
בניין ההתאחדות לכדורגל, אצטדיון ר”ג



המחיר מסובסד למשתתפי  
הכנס השנתי של החברה  
לרפואת ספורט!

קורס FMS בינ”ל מלא (3 ימים)  
ייערך ב 7-9.7.2013  
נותרו מקומות אחרונים!

**לפרטים והרשמה ”אקטיביקס” בטל’: 072-250-1440**

FMS ? YBALANCE TEST ? SFMA ? בואו לגלות את הדבר הבא בניתוח תנועתי  
למניעת פציעות ולשיפור ביצועים. יום עיון ייחודי מסוגו עם אחד המומחים המובילים  
בעולם בתחום. יום העיון יכלול הדגמות מעשיות ורקע תיאורטי נרחב. אסור להחמיץ!

**יום עיון בינ"ל**  
**שיפור יכולות ועמידות של ספורטאים**  
**באמצעות אבחון פונקציונאלי ותרגול תנועתי מדורג**  
**SFMA , Y Balance Test , FMS - ומה שביניהם**

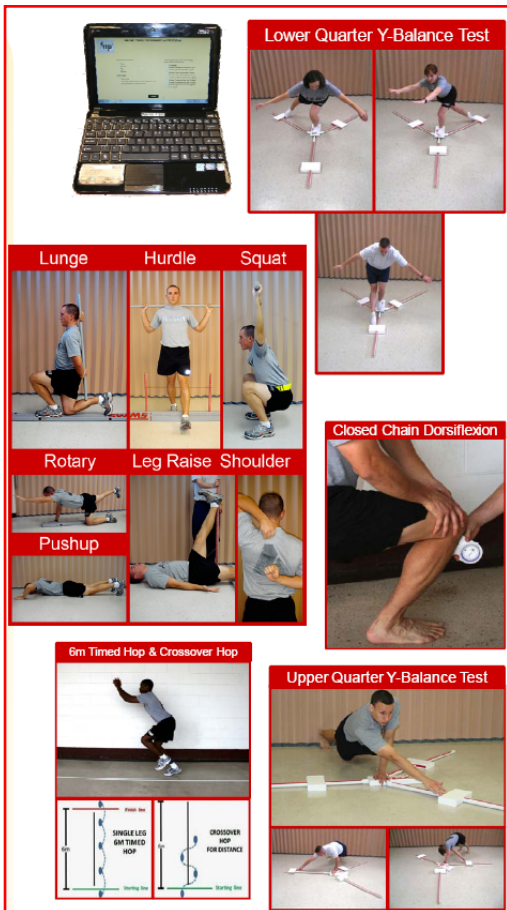
**Enhancing Athlete Durability**  
*by Objectively Assessing and Progressing Movement*  
**FMS, Y Balance Test, SFMA and beyond**

**Dr Robert Butler, PT, PhD (Duke University, USA)**



**כללי** : אימון גופני ופעילות ספורטיבית מהווים גורם סיכון לפציעות, כאשר אחוז ניכר מהן מוגדרות פציעות שימוש יתר "over use" (בשונה מפציעות טראומטיות). לפציעות הללו משמעויות בריאותיות (פיזיות ונפשיות כאחד) וכלכליות אדירות במגוון תחומים – החל מהשבתת ספורטאים חובבים, דרך השבתת חיילים קרביים וכלה בספורטאים מקצוענים. אצל שני האחרונים, כל דקה מחוץ "למגרש" קריטית ממש. כתוצאה מכך, יש צורך בשיטות מבוססות מחקר שעשויות לסייע באבחון מראש של סיכון לפציעות אצל אדם ספציפי או לכל הפחות לסייע בשיפור תפקודו הפיזי במסגרות השונות.

**הרעיון הבסיסי הוא שלא "בונים" כושר גופני או יכולות על גבי תשתית תנועתית לקויה.** אם תעשו זאת, הרי שהביצוע צפוי להיות תת-אופטימאלי במקרה הטוב ויש סיכוי גבוה יותר להיפצע (ויש לכך ביסוס מחקרי על מגוון סוגי אוכלוסיות). בפירמידה הבאה יש תיאור של מרכיבי האימון שמוכרים לכולנו. האם אתם בודקים את ה mobility & stability המשולם / מתאמן שלכם לפני שאתם בונים את תכנית השיקום ו/או תכנית האימון? לפני שאתם מעמיסים קפיצות, משקל או כל דבר אחר? אם לא, בהחלט ייתכן שהמטופל שלכם ייפצע בשלב כזה או אחר או שלכל הפחות הוא לא יפיק מעצמו מה שהוא יכול.



**מטרה:**

במסגרת יום העיון תחשפו למגוון גישות ושיטות (ולביסוסן המחקרי) המסייעות לאבחון מראש של אנשים המועדים לפציעות. יום העיון **יכלול הדגמות מעשיות** בכיתה. בין הגישות שיוצגו: **Functional Movement Screen (FMS) Y Balance Test**, עקרונות שיטת ה **SFMA (Selective Functional Movement Assessment)** ועוד. בנוסף, יוצגו עקרונות בניית תכנית אימון תנועתי נכון בהתבסס על ממצאי האבחון. הפיזיותרפיסטים, מאמני הכושר, קבוצות הספורט, ואף מערכות צבאיות מהמובילות בעולם כבר אימצו חלק מהשיטות שיוצגו במהלך יום עיון, כולל: הצבא האמריקני, קבוצות כדורסל מליגת ה NBA, קבוצות פוטבול מליגת ה NFL וקב' כדורגל המובילות בעולם, ביניהן, AC Milan (ITA) Bayern Munich (GER), Borussia Dortmund (GER), Ajax Amsterdam (NED), ועוד. **שימו לב**: העקרונות והנושאים שיוצגו לרוונטיים למאמנים ומטפלים במגוון מסגרות ובכל הרמות – חובבנית ומקצוענית כאחד.



**Y BALANCE TEST**

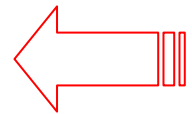


**FMS TEST**

**תכנית מקצועית (כפוף לשינויים):**

- 08:00-08:30: coffe and registration
- 08:30-10:00: Shaping Athlete Durability through Movement: Application to ACL Rehabilitation
- 10:00-10:30: Break
- 10:30-12:00: Fundamental Core exercises: the soft core to hard core continuum
- 12:00-12:30: Break
- 12:30-13:30: 4 x 4 Matrix: Logic in Corrective Exercise Progression

**רוצים להשתתף בקורס FMS המלא (3 ימים: 7-9.7.2013) ?  
נותרו מקומות אחרונים !!  
פרטים בטל' 072-2501440 ובאתר "אקטיביקס"**



**על המנחים:**

**מנחה ראשי:** Dr Robert Butler (DPT, PhD), הוא מומחה לניתוח תנועתי, ביומכאניקה ופיזיותרפיה מאוניברסיטת Duke בארה"ב. ד"ר בטלר הציג למעלה מ 50 תקצירים בכנסים מקומיים ובינ"ל ופרסם 15 מאמרים בכתבי עת בתחום השיקום והביומכאניקה. לעיון בקו"ח המלאים – אנא ראה באתר אוני' דיוק שבארה"ב.

**עוזר:** Dr Moshe Marko (DPT, PhD), לאחר 20 שנה בארה"ב חזר ד"ר מרקו לארץ להחזיר את ה FMS וה SFMA לארץ, ללמד במסגרות אקדמאיות ולהקים קליניקה פרטית. לד"ר מרקו דוקטורט גם בפיזיותרפיה וגם בניתוח תנועה והוא מתמחה בין השאר בשיקום אורתופדי ובפציעות ספורט.

**מחיר ורישום:**

**הנרשמים לכנס רפואת ספורט ישלמו על יום העיון כחלק מהרשמה לכנס! כל השאר נרשמים ב"אקטיביקס".**

יום עיון	מחיר רגיל	חברי העמותה לפיזיותרפיה	חברי החברה לרפואת ספורט	משתתפי כנס רפואת ספורט
<b>הרשמה מוקדמת עד 15.6.2013</b>	300 ₪ כולל מע"מ	200 ₪ כולל מע"מ	180 ₪ כולל מע"מ	50 ₪ כולל מע"מ
<b>הרשמה רגילה אחרי 15.6.2013</b>	350 ₪ כולל מע"מ	230 ₪ כולל מע"מ	210 ₪ כולל מע"מ	60 ₪ כולל מע"מ

קורס 3 ימים: FMS 1&2	מחיר הרשמה מוקדמת עד תאריך 15.6.13	מחיר הרשמה רגילה
בוגר אקטיביקס **	1786 + מע"מ (2090 ₪ כולל מע"מ*)	1957 + מע"מ (2290 ₪ כולל מע"מ)
לא בוגר אקטיביקס	1957 + מע"מ (2290 ₪ כולל מע"מ)	2128 + מע"מ (2490 ₪ כולל מע"מ)

שימו לב: הטבה לנרשמים חדשים שיירשמו גם לקורס וגם ליום העיון: **50% הנחה נוספת על עלות יום העיון.** יש כפל מבצעים!

**שימו לב: בארה"ב / אירופה קורס FMS זהה עולה 3000 ₪! לא כולל טיסות, לינה וכו'...**

\* **שיעור המע"מ** יהיה זה שחל ביום התשלום בפועל ועשוי להשתנות. \*\* **בוגרי אקטיביקס** הם מי שהשתתפו בהשתלמות מטעם אקטיביקס בעבר.

**10% הנחה נוספת לקבוצות של 5 איש !!:** אם תרשמו לקורס 5 אנשים ביחד תקבלו 10% הנחה נוספת כל אחד/ת! תנאי לזכאות: על מנת להיות זכאים להנחה עלינו לקבל את כל 5 טפסי הרישום ביחד, מלאים וחתומים כולל תשלום בגין ההרשמה. אם אתם נרשמים בפקס – אנא שלחו את הטפסים באותו פקס, אם בדואר – אנא שלחו את כל הטפסים באותה מעטפה. לא תינתן הנחה על משלוח של טפסים "אחד אחד". אין הנחות על פחות מ 5 אנשים. אין כפל הנחות. ט.ל.ח.

**שימו לב: מספר המקומות מוגבל. כל הקודם זוכה !!!**

**לפרטים והרשמה "אקטיביקס" בטל': 072-250-1440**

**טופס הרשמה: יום עיון בינ"ל לשיפור יכולות ועמידות של ספורטאים  
באמצעות אבחון פונקציונאלי ותרגול תנועתי מדורג FMS, Y Balance Test, SFMA - ומה שביניהם  
10 ביולי, 2013, התאחדות לכדורגל, אצטדיון רמת גן, שער 9 (רח' אבא הלל)**

שם: \_\_\_\_\_ שם בלועזית: \_\_\_\_\_  
 דוא"ל [בכתב ברור בבקשה]: \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_  
 מקצוע: \_\_\_\_\_ טל' סולרי: \_\_\_\_\_ מקום עבודה: \_\_\_\_\_  
 כתובת לדואר: רחוב/מס' ת.ד: \_\_\_\_\_ עיר + מיקוד: \_\_\_\_\_

**מחירים: נא להקיף בעיגול!**

יום עיון	מחיר רגיל	חברי העמותה לפיזיותרפיה	חברי החברה לרפואת ספורט	משתתפי כנס רפואת ספורט
הרשמה עד 15.6.2013	₪ 300	₪ 200	₪ 180	₪ 50
הרשמה אחר 15.6.2013	₪ 350	₪ 230	₪ 210	₪ 60

שימו לב: הטבה לנרשמים חדשים  
שיירשמו לקורס וגם ליום העיון – 50% הנחה נוספת על עלות יום העיון.  
יש כפל מבצעים!

קורס 3 ימים: FMS 1&2	הרשמה מוקדמת עד תאריך 15.6.13	מחיר הרשמה רגילה
בוגר אקטיביקס **	1786 + מע"מ (₪ 2090 כולל מע"מ)	1957 + מע"מ (₪ 2290 כולל מע"מ)
לא בוגר אקטיביקס	1957 + מע"מ (₪ 2290 כולל מע"מ)	2128 + מע"מ (₪ 2490 כולל מע"מ)

\* שיעור המע"מ יהיה זה שחל ביום התשלום בפועל ועשוי להשתנות. \*\* בוגרי אקטיביקס הם מי שהשתתפו בהשתלמות מטעם אקטיביקס בעבר. שם ההשתלמות ומועד: \_\_\_\_\_.

**רישום:** אנא שלחו את הטופס הזה חתום בפקס למספר 072-244-7332. קיום יום העיון והקורס מותנה במינימום משתתפים. ההרשמה מותנית במסירת פרטי אשראי. מקדמה בהרשמה לקורס FMS 500 ₪ על חשבון מחיר הקורס.

**שימו לב: מדיניות ביטולים ועוד:** ביטול עוד חודש לפני ההשתלמות תשלום המקדמה יוחזר באמצעות צ'ק מטעם אקטיביקס שישלח לנרשם (הצ'ק יישלח תוך 14 יום לאחר הודעת הביטול), פחות 35 / 100 ₪ בגין דמי טיפול ליום עיון / קורס בהתאמה. במקרה של ביטול לאחר מכן ועד שבועיים לפני ההשתלמות, יחול חיוב של 50% ממחיר ההשתלמות. במקרה של ביטול פחות משבועיים לפני ההשתלמות יחול חיוב מלא, אלא אם המבטל ימצא מחליף. **אנו מתחייבים כלפי המרצה בחו"ל מספר חודשים מראש ולכן נקבעה מדיניות זו.**

**אני מאשר את מדיניות הביטולים לעיל חתימה:** \_\_\_\_\_ **תאריך:** \_\_\_\_\_

**פרטי אשראי:**

אני הח"מ, מאשר לכם לחייב את כרטיס האשראי שלי שפרטיו:  ויזה  ישראל/מס' מס' הכרטיס \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ תוקף \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ שם בעל הכרטיס: \_\_\_\_\_ מספר ת.ז. \_\_\_\_\_ מספר תשלומים: \_\_\_\_\_ (עד 3)

**בחתימתי להלן אני מאשר את התנאים המופיעים בטופס הרשמה, ומאשר לחייב את כרטיס האשראי שפרטיו צוינו לעיל. אני מסכים לכך כי קבלת טופס זה בפקס אצל החברה ישמש כראיה להסכמתי לכל התנאים המופיעים בו ואישור חיוב כרטיס האשראי.**

**הערה:** לאור ההכנות הלוגיסטיות של ארגון ייתכנו קשיים ואף ביטול. איננו אחראים לנזקים ישירים או עקיפים שעלולים להיגרם לנרשמים, לרבות בגין ימי חופשה, נסיעות ועוד. כאיש מקצוע תתבקש לחתום על טופס הסרת אחריות ושהנך האחראית הבלעדי על יישום הטכניקות הנלמדות במסגרת מקום העבודה שלך. אם הנך סובל/ת ממצב רפואי, מחלה מדבקת, כאב או אם הינך בהריון, יש ליידע את מארגני הקורס טרם תחילתו (דיסקרטיות מובטחת).