

Námskeið í þjálfun jafnvægis

Haldið á LSH Landakoti föstudag 7. nóvember 2008 kl. 9:00-16:30
Fyrirlestrar fara fram í kennslustofu á 7. hæð
Verkleg kennsla fer fram í starfsaðstöðu sjúkraþjálfunar á 3. hæð

Leiðbeinendur:

Dr. Ella Kolbrún Kristinsdóttir, dósent

Bergþóra Baldursdóttir, sjúkraþjálfari MSc, LSH Landakoti

Dagskrá

9:00 – 9:05	Námskeiðið sett
9:05 – 10:30	Grundvallaratriði í stöðu- og hreyfistjórnun
10:30 - 11:00	Kaffiveitingar og vörukynning
11:00 - 11:30	Greiningaraðferðir og skoðun
11:30 - 12:00	Þjálfun jafnvægis
12:00 - 13:00	Hádegisverður á Landakoti og vörukynning
13:00 – 14:30	Verklegar æfingar – Skoðun og mælingar
14:30 – 15:00	kaffiveitingar
15:00 – 16:30	Verklegar æfingar – Þjálfun jafnvægis
16:30	Námskeiðsslit

Samstarfsaðili: Rannsóknarstofa Háskóla Íslands og Landspítala í öldrunarfræðum
Styrktaraðilar: Icepharma og Altis ehf sem jafnframt kynna vörur sínar í hléum.

Skráning fer fram á netfanginu bergbald@lsh.is og skal þar koma fram: nafn þátttakenda, kennitala, starfsheiti og vinnustaður.

Lokadagur skráningar er miðvikudagurinn 5. nóvember.