

برنامه درس اصول تمرین درمانی (1) عملی خواهران

عنوان	زمان	تاریخ	روز
تمرینات Passive (1)	12-10	03/7/3	سه شنبه
تمرینات Passive (2)	12-10	03/7/10	سه شنبه
تمرینات Assistive (1)	12-10	03/7/17	سه شنبه
تمرینات Assistive (2)	12-10	03/7/24	سه شنبه
تمرینات Assistive (3)	12-10	03/8/1	سه شنبه
تمرینات Resistive (1)	12-10	03/8/8	سه شنبه
تمرینات Resistive (2)	12-10	03/8/15	سه شنبه
تمرینات کششی (1)	12-10	03/8/22	سه شنبه
تمرینات کششی (2)	12-10	03/8/29	سه شنبه
Mat exercises & positions	12-10	03/9/6	سه شنبه
تمرینات زنجیره باز و بسته حرکتی و تعادل	12-10	03/9/13	سه شنبه
تمرینات پلیومتریک و فرانکل	12-10	03/9/20	سه شنبه
تکنیک های Relaxation	12-10	03/9/27	سه شنبه
هیدروتراپی	12-10	03/10/4	سه شنبه
ابزارهای کمکی راه رفتن	12-10	03/10/11	سه شنبه
جابجایی با صندلی چرخدار	12-10	جبرانی	سه شنبه
تراکشن	12-10	جبرانی	سه شنبه

هماهنگ کننده و مدرس : دکتر امامی

برنامه درس اصول تمرین درمانی (1) تئوری

روز	تاریخ	ساعت	عنوان
یکشنبه	03/6/18	10-8	مقدمه ای بر تمرین درمانی (1)
یکشنبه	03/6/25	10-8	مقدمه ای بر تمرین درمانی (2)
یکشنبه	03/7/1	10-8	حرکات Passive
یکشنبه	03/7/8	10-8	حرکات Active (1)
یکشنبه	03/7/15	10-8	حرکات Active (1)
یکشنبه	03/7/22	10-8	تمرینات کششی (1)
یکشنبه	03/7/29	10-8	تمرینات کششی (2)
یکشنبه	03/8/6	10-8	اصول Mat exercises
یکشنبه	03/8/13	10-8	تمرینات زنجیره باز و بسته حرکتی
یکشنبه	03/8/20	10-8	تمرینات تعادلی و حس عمقی
یکشنبه	03/8/27	10-8	تمرینات فرانکل
یکشنبه	03/9/4	10-8	تمرینات پلیومتریک
یکشنبه	03/9/11	10-8	تمرینات Relaxation
یکشنبه	03/9/18	10-8	اصول تمرین درمانی در آب و هیدروتراپی
یکشنبه	03/9/25	10-8	وسایل کمکی راه رفتن
یکشنبه	03/10/2	10-8	اصول جابجایی با صندلی چرخدار
یکشنبه	03/10/9	10-8	اصول تراکشن

هماهنگ کننده و مدرس: دکتر امامی