Redcord

スタビリティ研究会 主催 医療系コース　　【京都開催】

第83回 メディカル ベーシック コース

（マンツーマン エクササイズ）

対象：解剖学、神経学、運動学の知識のある方
　　原則リハビリテーション関連の国家資格保持者

講師：レッドコード国際インストラクター　Certified Neurac Practitioner　山本 泰三

設備：レッドコード2台以上のワークステーションを使用

内容：レッドコードの特徴を理解し、臨床効果をグレードアップさせる技術の習得を目的としています．医療機関等の運動療法にレッドコードを導入している方にお勧めです．

1. レッドコードの起源と研修体系
2. レッドコード エクサイズのポイント
   - ① Passive to Active　疼痛の自己コントロール、筋力低下していても自動運動
   - ② With Redcord （not VS ○○）
   - ③ 運動制御に適したスタビリティの獲得
3. レッドコードの操作とリスク
   - ① 操作　　；ロック＆リリース・Suspension Point
   - ② リスク　　；運動方向による本体の傾き・自主トレの向き・強度
4. レッドコードの8つの特徴の詳細説明と実技
   - ① リラクセーション　② 同一の運動軌跡
   - ③ 選択的運動　④ 全身の関節運動
   - ⑤ 難易度調整　⑥ 混乱しない運動制御
   - ⑦ 対象の能力にマッチ　⑧ 第3の手
5. レッドコードの臨床実技
   - ① 疼痛を自己コントロールした股関節可動域練習、骨盤大腿関節とインピンジ回避
   - ② 筋力低下した筋の速い収縮運動・膝関節最終伸展
   - ③ 肩甲上腕関節のインピンジ回避、関節包内運動、肩甲帯筋のストレッチ
   - ④ ロープリリーサーによる交互運動と左右均等化運動
   - ⑤ 座位バランス、立位バランス練習
   - ⑥ 仰臥位腰部下肢リラクセーション

日時　2025年11月30日(日)　受付 8：45　研修 9：00~17：00

会場　宇治徳洲会病院　8階 リハビリテーション室
　　（https://www.ujitoku.or.jp/）

参加費　19,250円（資料代金を含む）

修了証　スタビリティ研究会より発行

申込み　スタビリティ研究会のホームページからお願いいたします．