

Program kurzu Manipukácie

1. deň

- Riešenie krčnej chrbtice (Cp), temporomandibulárneho kĺbu (TMJ), ucha a kĺbov hornej končatiny (HK).

Krčná chrbtica:

- **C0/1 (AO):** Manipulácia technikami „gun“, „slap“, „retro“.
 - **C1/2:** Manipulácia technikou „little palm“.
 - **C2/3 – C5/6:**
 - Kombinovaný pohyb (lateroflexia, extenzia, rotácia) v ľahu na chrbte.
 - Pohyb v lateroflexii v ľahu na chrbte.
 - Rotácia v sede.
 - **C/Th prechod:**
 - Manipulácia v ľahu na bruchu, na boku a v sede.
 - Rotácia.
 - Manipulácia temporomandibulárneho kĺbu (TMJ).
 - Manipulácia ucha.
-

2. deň

- Riešenie hrudnej chrbtice (THp), rebier, driekovej chrbtice (Lp/SI) a kĺbov dolnej končatiny (DK).

Hrudná chrbtica a rebra:

- Manipulácia hrudnej chrbtice technikami „clock“, „cup“, „springing“.
- Horná, stredná a spodná hrudná chrbtica.
- Rotácia hrudnej chrbtice.
- Techniky „gegenhalter“ a „mitnehmer“.
- Manipulácia:
 - Prvého rebra.
 - Horných a stredných rebier v ľahu na bruchu a chrbte.
 - Stredných a spodných rebier v ľahu na bruchu.

Drieková chrbtica a sakroiliakálne spojenie:

- Manipulácia technikou „lumbal roll“.
 - Sakroiliakálne spojenie:
 - Technika „banana“.
 - V ľahu na bruchu.
-

Horná končatina:

- Manipulácia ramena:
 - Kraniálne a dorzálne.
 - Kaudálne.
 - Akromioklavikulárny kĺb:
 - Kraniálne (cez lopatku v ľahu na bruchu).
 - Ventrálna a kaudálna.
 - Sternoklavikulárny kĺb – technika „butterfly“.
 - Manipulácia:
 - **Caput radii.**
 - **Ulna.**
 - Lakt'ovej štrbiny (mediálny/laterálny náraz).
 - **Os scaphoideum, os capitatum, os lunatum.**
 - Karpometakarpálny kĺb.
 - Proximálna a distálna interfalangeálne kĺby.
-

Dolná končatina:

- Manipulácia bedrového kĺbu:
 - V ľahu na bruchu a chrbte.
- Trakcia bedrového a kolenného kĺbu spolu cez koleno (ľah na chrbte).
- Nárazová trakcia kolenného kĺbu (ľah na chrbte).
- Kolenná štrbina – mediálny/laterálny náraz.
- Manipulácia:
 - Proximálna fibula (ventrálna a ventrodorzálna).
 - Distálna fibula (talokrurálny kĺb).
 - Nárazová trakcia talokrurálneho kĺbu.
 - **Talu.**
 - **Os naviculare a os cuboideum** (plantárne/dorzálne).
 - **Ossa cuneiformia.**
 - Proximálna a distálna interfalangeálne kĺby (manipulácia/trakcia).