

BEHANDLING AV MUSKULÆRE TRIGGERPUNKTER

TRE DAGERS SEMINAR I OSLO
FREDAG 22.-SØNDAG 24. JANUAR 2007

PROGRAM

Fredag kl. 12.00-19.00

- 12.00-12.45 Smerter og smertemekanismer
- 13.00-13.45 Triggerpunkter
- 14.00-14.45 Behandling av triggerpunkter
- 14.45-15.15 Pause/forfriskninger
- 15.15-19.00 Triggerpunkter i underekstremitetene, teori og praktisk trening

Lørdag kl 09.00-16.00

- 09.00-12.00 Triggerpunkter i hofter og rygg, teori og praktisk trening
- 12.00-12.45 Lunsj
- 12.45-16.00 Triggerpunkter i abdomen og nakke, teori og praktisk trening

Søndag kl. 10.00-16.00

- 10.00-13.00 Triggerpunkter på hodet og skulder, teori og praktisk trening
- 13.00-13.30 Lunsj
- 13.30-16.00 Triggerpunkter i skulder og arm, forts
- 16.00 AVSLUTNING

Med forbehold om justeringer.