

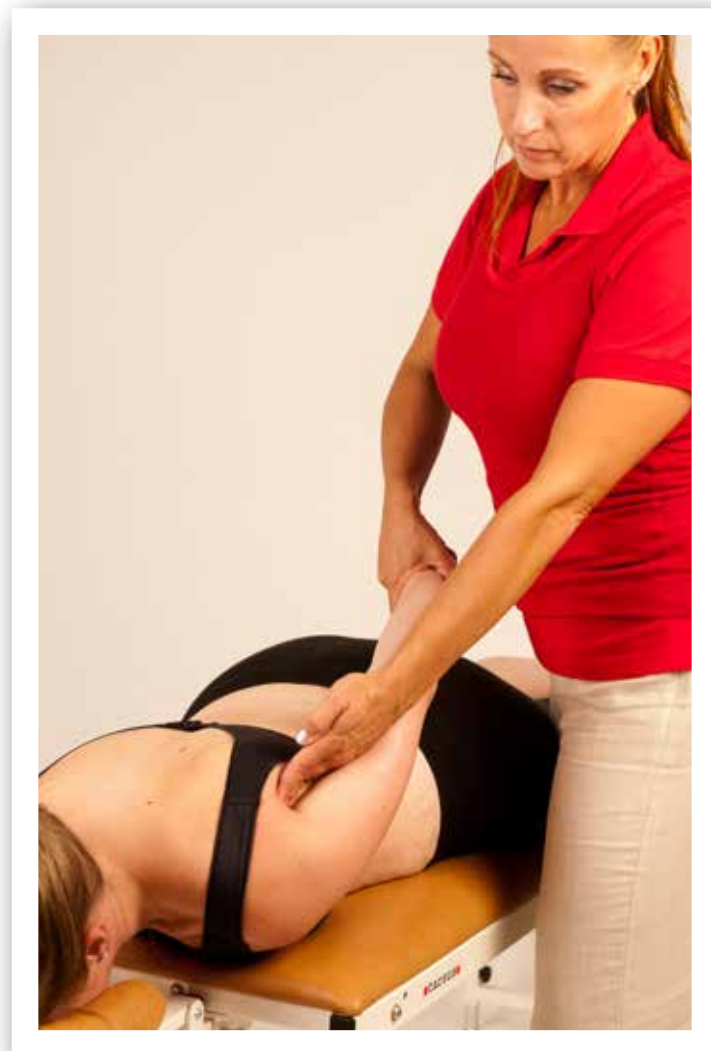


BERGOVIST
UTBILDNINGAR

Strain and counterstrain

Vidareutbildning för massageterapeuter

Hösten 2022



Bergqvist Utbildningar

- Ett familjeföretag som utbildat inom massage och friskvård sedan 1990.
- Grundades av Lasse Bergqvist som arbetat som idrottsmassör på elitnivå i över 30 år.
- Finns i Linköping, Malmö och Stockholm.
- Har medlemskap i följande branschorganisationer som kvalitetssäkrar utbildningar:
 - Branschrådet Svensk Massage
 - Branschorganisationen Medicinsk Massageterapi
 - EuropeActive
 - International Coach Federation
- Har 2-åriga utbildningar under Yrkeshögskolan till Medicinsk massageterapeut respektive Massage- och friskvårdsterapeut.
- Har yrkesutbildningar till följande yrkesroller: Massageterapeut, Personlig tränare, Diplomerad coach, Kost- och näringsrådgivare och Spaterapeut
- Anordnar ett flertal vidareutbildningar inom massage och friskvård.
- Medverkar i forskning runt behandlingsmetoder baserade på klassisk svensk massage.

Strain and counterstrain

Strain and counterstrain är en vilolägesbehandling och en mjuk behandlingsform. Smärttillstånd, rörelseinskränkningar, kramp och dysfunktioner i rörelseapparaten är exempel på tillstånd där metoden kan vara en lämplig behandlingsmetod. Behandlingen lämpar sig bra på både akuta tillstånd, som till exempel nackspärr eller ryggskott, och långvariga problem med smärta och spänningar. Den kan även med fördel användas inom rehabilitering efter skador. Med strain and counterstrain kommer man ofta åt problem som är svåra att nå med massage då muskeln försätts i ett avspänt viloläge. Kunden upplever ofta behandlingen som skön och behaglig.

Grundare till metoden strain and counterstrain är Lawrence H Jones, som är doktor inom osteopati. Hans teori bygger på att när en led och en muskel utsätts för sträckning så förkortas musklerna på andra sidan leden och där uppstår ömma punkter och dysfunktioner.

Behandlingen är lätt att använda som komplement till till exempel massage men kan också användas som fristående behandling.

Kursledare

Ansvarig för kursen är Eva Sandberg. Eva är massageterapeut, personlig tränare och kinesiolog och har flera års erfarenhet av både undervisning och kliniskt arbete.

Kursinnehåll

I kursen går följande delar igenom:

- Historik om strain and counterstrain
- Teori och forskning, patientfallserfarenheter
- Funktionell anatomi
- Genomgång muskel för muskel vad gäller palpation, triggerpunkter, positionering och behandling
- Hållningsanalys och behandling av hållningsproblem
- Neuromuskulär aktivering och inkopplingsövningar

Kursupplägg och kursdatum

Kursen ges som en tre dagars kurs och bygger på föreläsningar och praktisk undervisning.

Kursdatum

26-28 november 2022 i Linköping.

Förkunskaper

Du bör vara av Branschrådet Svensk Massage Certifierad Massör eller motsvarande.

Kostnader

Kursavgiften är 3900 kr plus moms, totalt 4875 kr. Allt kursmaterial ingår i kursavgiften.

Anmälan till Strain and counterstrain

26-28 november 2022 i Linköping

Efternamn	Förnamn	Telefon bostad
Utdelningsadress	Postnummer och ort	Telefon arbete
Mobiltelefon	E-mail	

Vi skickar dig en bekräftelse så fort vi tagit emot din anmälan.

Faktura på kursavgiften kommer skickas till dig cirka sex veckor innan kursen börjar och ska vara betald senast två veckor innan kursstart.

Du har 14 dagars lagstadgad ångerrätt på din anmälan och fram till två veckor innan kursstarten kan du utan kostnad avboka din plats. Därefter tar vi ut 300 kronor i avbokningsavgift.

Du behöver inte lämna läkarintyg eller några andra intyg vid avbokning.

Sista anmälningdag är 6 veckor innan kursstart. Efter sista anmälningdag tar vi emot anmälningar i mån av plats i den ordning de inkommer till oss.

Datum

Underskrift

Ansökan mailas till info@bergqvistutbildningar.se, alternativt skickas per post till vår adress i Linköping som du ser i sidfoten nedan:

Bergqvist Utbildningar

Adress i Linköping: Roxviksgatan 8A, 582 73 Linköping Adress i Malmö: Johanneslustgatan 12A, 212 28 Malmö

Adress i Stockholm: Gustavslundsvägen 151 H, 167 51 Bromma

Telefon: 013-137506, e-mail: info@bergqvistutbildningar.se, Hemsida: www.bergqvistutbildningar.se