



ESTIRAMIENTOS Y BUENA SALUD

OBJETO:

Adquisición de conocimientos sobre los estiramientos más indicados para cada puesto de trabajo, prevención de posibles lesiones o dolores en determinadas zonas o en todo el cuerpo, debido a malas posturas corporales. Para educar en técnicas de estiramientos preventivos y rehabilitadores, se hace necesaria la creación de un ambiente artificial, en el cual el condicionamiento y la absorción de información puedan llevarse a cabo en condiciones óptimas y de una manera agradable y relajada... La realización de prácticas, tiene como objeto principal, una mejor comprensión de las técnicas y métodos de aplicación ante las diferentes situaciones potenciales. El recrear una gran variedad de situaciones reales de sobrecarga y el que los alumnos se impliquen en la identificación de los métodos y útiles adecuados a cada una de ellas, obliga al alumno a elaborar los conceptos adquiridos en las clases teóricas y a automatizarlos de un modo más permanente.

A QUIÉN VA DIRIGIDO:

Estos cursos van dirigidos a todas aquellas empresas, instituciones o particulares interesados en la formación en el área de Prevención de Riesgos y de Salud psicológica.

TEMARIO CUBIERTO:

Teoría y Práctica:

A determinar por el fisioterapeuta encargado de impartir la formación

PRECIO:

150€ por alumno/a bonificables al 100%

LUGAR:

Hotel Husa Noian

FECHAS:

22 y 23 de Diciembre de 2010, en horario de 16 a 19 horas ambos días.

ITZIAR GOIKOETXEA ALEGRÍA

Responsable Dpto. Formación

S.N. Pamplona

Tfno: 948 351 683 - Fax: 948 351 682

Móvil: 658 886 599

E-mail: formacion.pamplona@s-n.es