

Blok 2: Onderste extremiteit, Lumbale wervelkolom en SI gewricht

- dag 1 -

09.00	Herhalen principes MWM's schouder en elleboog + SNAG's CWK
10.00	<u>Koffie</u>
10.15	Lumbale SNAG's SNAG's: extension in lying en lion exercise
12.30	<u>Lunch</u>
13.30	Het enkelgewricht (BSG): MWM's voor plantair- en dorsaalflexie Inversieletsel: uitleg long bones + taping
15.00	<u>Thee</u>
15.15	MWM's grote teen + taping Middenvoet Hielpijn (OSG) en achillespeesklachten
16.45	Discussie en afsluiting
17.00	Einde dag 3

- dag 2 -

09.00	SLR technieken
10.30	<u>Koffie</u>
10.45	De knie: MWM's voor flexie en extensie (onbelast en belast) Taping voor de knie Squeeze voor de knie
12.30	<u>Lunch</u>
13.30	De heup: MWM's voor endorotatie, flexie en extensie
14.00	MWM's heup staand voor abductie en extensie
15.00	<u>Thee</u>
15.15	Sacro-Iliacaal gewricht: MWM's met EIL MWM's SI-gewricht in stand
16.45	Evaluatie AB cursus + slotdia's principes
17.00	Cursuseinde + uitreiking certificaten