



Taping

Beschreibung	Taping ist in Japan bereits seit den 70er Jahren bekannt. Die elastischen, selbstklebenden Tapes aus textilem Material werden in den Bereichen Prävention, Therapie und Selbstanwendung eingesetzt. Es fördert die sportliche Leistung, regt die Selbstheilungskraft des Körpers an und unterstützt schwache Bänder und Muskelansätze. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie die elastischen Tapes selbst anwenden können.		
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Theoretischer Hintergrund zum Taping• Praktische Anwendung• Besprechung der Kontraindikationen		
Voraussetzung	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.		
Zielgruppe	Interessierte, die sich regelmässig sportlich betätigen.		
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie kennen die Anwendungsgebiete von Tapes• Sie beherrschen die praktische Anwendung von Tapes• Sie sind in der Lage die Tapes zur Selbstanwendung einzusetzen• Sie wissen über die Kontraindikationen beim Taping Bescheid		
Anschluss-Fortsetzungskurs	<ul style="list-style-type: none">• Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.		
Datum	07.11.2020 / E_1396307		
Zeit	09:00 - 12:50 h		
Wochentage	Sa		
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten		
Preis	CHF 100.00		
Durchführungsort	Frohburgstrasse 20, 4600 Olten		
Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Sa	07.11.2020	09:00 - 12:50

Klubschule Migros Olten

Tel. +41 58 568 94 94

Frohburgstrasse 20
4600 Olten

klubschule.oltten@migrosaare.ch
klubschule.ch

