

台灣首場!

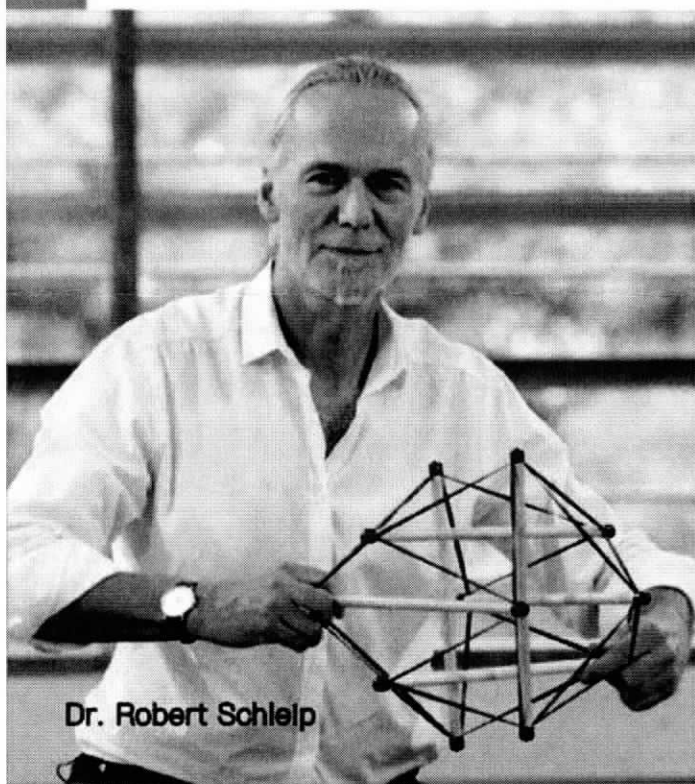
課程資訊

2018.12.18~22



筋膜研究先驅 Dr. Robert Schleip

筋膜實務工作坊&台灣筋膜運動學高峰論壇



Dr. Robert Schleip

- 12/18-19 Workshop 1
筋膜作為感覺和情感器官~
從結締組織研究到肌筋膜處理
實務的新思惟
- 12/20-21 Workshop 2
迷人的筋膜~
處理疤痕，沾黏和組織僵硬的
最新研究和臨床應用
- 12/22
台灣筋膜運動學高峰論壇

Dr. Robert Schleip是德國肌筋膜研究先驅，慕尼黑歐洲羅爾夫協會(Ida P. Rolf Research Foundation)的研究主任，在烏姆大學擔任肌筋膜研究主任，他探索了筋膜影響肌肉積極收縮和放鬆的能力，長年專注研究在人體筋膜網路的功能上，尤其在筋膜主動伸縮性的功能研究上，在2006年獲得Vladimir Janda肌肉骨骼醫學研究獎，是相關領域的最高學術標竿。他是物理治療、運動訓練科學、骨療法領域的講師。亦是“第一屆國際筋膜研究大會 - 傳統療法和替代醫療的基礎科學和影響”聯合發起人和計劃委員會成員。他也著作了非常多本有關筋膜處理與運動治療相關的書籍，同時也是全球唯一專門的肌筋膜健身協會 (Fascial Fitness Association) 的技術委員。他歷年來發表了非常多的筋膜在運動醫學上與肌肉骨科學的論文，同時也著作了非常多運動醫學上重要的書籍，這些重要的概念影響了近年來我們對於運動治療上面非常多驚人的技術改變。

主辦單位



REHAB
FITNESS
PERFORMANCE



Dr. Robert Schleip 簡介

Dr. Robert Schleip 是德國肌筋膜研究先驅，慕尼黑歐洲羅爾夫協會 (Ida P. Rolf Research Foundation) 的研究主任，在烏姆大學擔任肌筋膜研究主任，他探索了筋膜影響肌肉積極收縮和放鬆的能力，長年專注研究在人體筋膜網路的功能上，尤其在筋膜主動伸縮性的功能研究上，在 2006 年獲得 Vladimir Janda 肌肉骨骼醫學研究獎，是相關領域的最高學術標竿。他是物理治療、運動訓練科學、骨療法領域的講師。亦是“第一屆國際筋膜研究大會 - 傳統療法和替代醫療的基礎科學和影響”聯合發起人和計劃委員會成員。他也著作了非常多本有關筋膜處理與運動治療相關的書籍，同時也是全球唯一專門的肌筋膜健身協會 (Fascial Fitness Association) 的技術委員。他歷年來發表了非常多的筋膜在運動醫學上與肌肉骨科學的論文，同時也著作了非常多運動醫學上重要的書籍，這些重要的概念影響了近年來我們對於運動治療上面非常多驚人的技術改變。

Dr. Robert Schleip 經歷

Robert Schleip (1954 年在格平根) 是一位人類生物學家和心理學家。他的專業領域是筋膜研究。他於 1980 年畢業於海德堡大學，獲得心理學學位。1977 年至 1983 年，他接受了認證 - 高級 - Rolfer 培訓，1984 - 1987 年擔任 Feldenkrais 教師。

- 2006 年，他獲得烏姆大學人類生物學博士學位。他關於積極筋膜收縮的博士論文被授予 Vladimir Janda 肌肉骨骼醫學獎。
- Schleip 是 2007 年第一屆波士頓哈佛醫學院國際筋膜大會 (第一屆筋膜研究大會) 的共同發起人，該大會標誌著現代筋膜研究以及隨後的大會取得的突破。在本系列的所有活動中，他都是科學委員會的成員。
- Schleip 自 2008 年以來一直擔任烏姆大學神經生理學部筋膜研究小組主任。
- Schleip 與運動醫師 Jürgen Steinacker 教授一起組織了 2013 年和 2017 年 “CONNECT - Connective Tissues in Sports Medicine”。
- 他還是歐洲 Rolting 協會的執行研究主任，
- Ida P. Rolf 研究基金會的副主席和 Fascia 研究協會的董事會成員。
- 他是物理治療、運動訓練科學、骨療法領域的講師。他是 “Fascia” 主題的專家出版物的作者和出版商，並在媒體上出現過這個主題。

2018.12.18-19 筋膜實務工作坊(一)

筋膜作為感覺和情感器官~從結締組織研究到肌筋膜處理實務的新思惟

課程介紹

自 2009 年·筋膜領域的先鋒大師 Tom Myers, Robert Schleip, Divo Müller and Wilbur Kelsick 共同發表最新的國際研究發現筋膜的功能對於“人類運動”的巨大意義·並且闡述了有趣的提問與證實筋膜如何直接且特異化的影響我們在運動訓練上的安排·在特別課程中我們將藉著筋膜大師深入簡出地闡述筋膜如何影響著我們的運動原理·與如何藉由手法與運動設計來改變筋膜的功能·特別課程我們將特別學習以下幾個目標：

- 如何持續發展的彈性和柔韌·但靈活的筋膜結締組織。
- 如何成功設計建立一個筋膜訓練計劃·積極增加肌肉結締組織的彈性。
- 提高對筋膜訓練重要性的認識。
- 了解筋膜訓練是體育運動中眾所周知的訓練三位一體(力量 - 耐力 - 協調)的重要組成部分。

課程表

日期	時間	課程名稱
12月18日 (星期二)	09:00 - 11:30	人類筋膜網作為一種張力和感官網絡
	11:30 - 11:45	Coffee break
	11:45 - 13:00	胸腰筋膜：基本結構和處理建議
	13:00 - 14:15	Lunch break
	14:15 - 16:00	筋膜和本體感覺·專注於高爾基受器末梢
	16:00 - 16:15	Coffee break
	16:15 - 19:00	巴齊尼氏小體刺激
12月19日 (星期三)	09:00 - 11:30	筋膜張力和自主神經系統
	11:30 - 11:45	Coffee break
	11:45 - 13:00	魯斐尼氏小體刺激
	13:00 - 14:15	Lunch break
	14:15 - 16:00	游離神經末梢刺激
	16:00 - 16:15	Coffee break
	16:15 - 19:00	內感受及觸覺游離神經末梢

2018.12.20-21 筋膜實務工作坊(二)

迷人的筋膜~處理疤痕·沾黏和組織僵硬的最新研究和臨床應用

課程介紹

自 2009 年·筋膜領域的先鋒大師 Tom Myers, Robert Schleip, Divo Müller and Wilbur Kelsick 共同發表最新的國際研究發現筋膜的功能對於“人類運動”的巨大意義·並且闡述了有趣的提問與證實筋膜如何直接且特異化的影響我們在運動訓練上的安排。在特別課程中我們將藉著筋膜大師深入簡出地闡述筋膜如何影響著我們的運動原理·與如何藉由手法與運動設計來改變筋膜的功能。特別課程我們將特別學習以下幾個目標：

- 如何持續發展的彈性和柔韌·但靈活的筋膜結締組織。
- 如何成功設計建立一個筋膜訓練計劃·積極增加肌肉結締組織的彈性。
- 提高對筋膜訓練重要性的認識。
- 了解筋膜訓練是體育運動中眾所周知的訓練三位一體(力量 - 耐力 - 協調)的重要組成部分。

課程表

日期	時間	課程名稱
12月20日 (星期四)	09:00 - 11:30	筋膜組織中的剛性調節
	11:30 - 11:45	Coffee break
	11:45 - 13:00	以增強組織代謝和水合作用的徒手處理技術
	13:00 - 14:15	Lunch break
	14:15 - 16:00	交聯形成·組織沾黏·纖維化和緻密化
	16:00 - 16:15	Coffee break
	16:15 - 19:00	海綿壓力技術和徒手牽引介入
12月21日 (星期五)	09:00 - 11:30	筋膜的生化和營養。
	11:30 - 11:45	Coffee break
	11:45 - 13:00	徒手工具處理放鬆纖維化
	13:00 - 14:15	Lunch break
	14:15 - 16:00	提高分層間剪切滑動性·沾黏程度和剛性的評估
	16:00 - 16:15	Coffee break
	16:15 - 19:00	協助個案自助技術

2018.12.22 台灣筋膜運動學高峰論壇

提升筋膜在動作與競技運動中扮演的角色，如何應用結締組織的最新研究成果幫助選手有更好的運動表現與競賽成績。

課程介紹

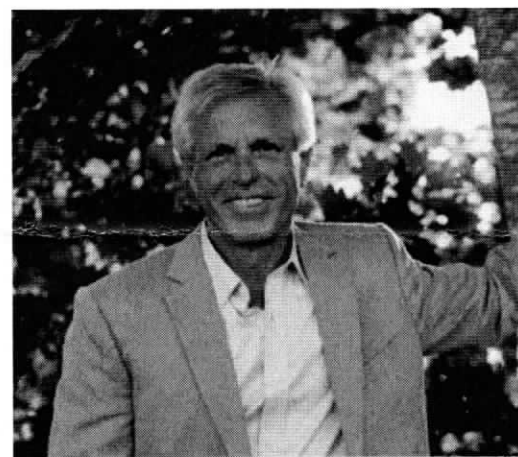
近年來有關於結締組織的相關研究提供了我們非常重要且重新定義我們對於人體運動學的知識，藉由了解全身的結締組織網路（筋膜網路）的特性對於如何改變肌力傳遞的重要規則。此外，結締組織網路的彈性也讓彈性能可以被儲存和釋放轉變成動能來增進運動表現，這樣的改變可以增加舞者在動作的流暢，也可以改善因為傷痛帶來的日常生活功能的限制。更多的了解有關韌帶、肌腱、關節滑囊、肌肉外層與內層的筋膜組織的力學適應的原理可以提供我們在處理有關預防運動傷害上很大的助益。舉例來說，過度使用症狀就是一個經常發生在運動員身上我們需要去處理的一個重要課題，而這個問題發生的組織就是在筋膜組織上。

因為過往的研究中發現有非常多的感覺受器在筋膜組織網路內，我們可以視包圍全身的筋膜網路為一個非常重要的感覺器官，並且幫助我們去了解身體的動作知覺。並且，系統性的強化本體感覺就和內感覺與痛覺一樣會大大地改變我們身體的動作。在這樣難得的機會我們可以齊聚不同領域的專業人員，包含運動員、醫師、物理治療師、運動教練與體育相關專家、甚至是瑜伽與舞蹈專家一起共同分享各自的專業與知識，一同學習筋膜對於運動的影響與處理的新知，並且希望課程可以帶來更多專業間的互動與問答。

與談嘉賓 Thomas Myers

Thomas Myers 是《解剖列車》的製圖師（Elsevier，2001年，2009年，2014年），《Fascial Release for Structural Balance》（North Atlantic，2010年，2017年）的合著者，以及在《Body³》、《The Anatomist's Corner》、《Structural Integration: Collected Articles》、《BodyReading: Visual Assessment》、《The Anatomy Trains》等書中所收錄許多章節和期刊文章的作者。

他還製作了超過 16 張 DVD 和各種網絡研討會，其中包括幾個即將發布的，在



BodyReading® visual assessment, Fascial Release Technique® · 以及筋膜研究在身體訓練上的應用。

湯姆和他的學院為解剖列車提供了繼續教育，並為全球的動作及徒手治療專業人員提供整體性的肌筋膜策略，以及以 Anatomy Trains Myofascial Meridians 為基礎、結構性整合的專業認證。湯姆直接向 Drs. Ida Rolf, Moshe Feldenkrais, 及 Buckminster Fuller 學習。他還曾與動作指導師 Judith Aston·Emilie Conrad 一同學習過武術。他的結構整合規劃受到歐洲骨病學校的顛骨、內臟和內在運動研究的影響。

課程表

日期	時間	課程名稱
12月22日 (星期六)	09:00 - 10:30	第一講題 筋膜網路如何引導肌力的傳遞
	10:30 - 10:45	Coffee break
	10:45 - 12:30	第二講題 筋膜結構的力學受性與力學適應
	12:30 - 13:30	Lunch break
	13:30 - 15:00	第三講題 筋膜在運動中如何作為感覺器官~ 本體感覺、內感覺與痛覺
	15:00 - 15:30	Coffee break
	15:30 - 17:00	綜合座談

課程地點

12.18-19、20-21 筋膜實務工作坊

史塔克運動科學中心 (台北市樂群二路 189 號 5F-2 大直豐滙大樓)

12.22 台灣筋膜運動學高峰論壇

集思交通部會議中心國際會議廳 (台北市中正區杭州南路一段 24 號 3 樓)

招生對象/課程費用

12.18-19、20-21 筋膜實務工作坊

- 招生對象：醫師、物理治療師、運動傷害防護師與運動產業相關從業人員 45 名，額滿為止。
- 課程費用：含課程講義、研習證明、紀念衣服
一般報名 NT45000 元
早鳥優惠價 NT38000 元 (優惠資訊，請洽課程聯絡人)

12.22 台灣筋膜運動學高峰論壇

- 招生對象：醫師、物理治療師、運動傷害防護師與運動產業相關從業人員。
- 課程費用：含課程講義、Fascia in Sport and Movement 中文版書籍乙本
一般報名 NT6800 元
早鳥優惠價 NT5000 元 (優惠資訊，請洽課程聯絡人)
有參加筋膜實務工作坊(一)or(二)其中一場 優惠價 NT4500 元
有參加筋膜實務工作坊(一)+(二)兩場 優惠價 NT3000 元

課程報名

2018.12.18-19	2018.12.20-21	2018.12.22
筋膜實務工作坊(一)	筋膜實務工作坊(二)	台灣筋膜運動學高峰論壇
https://reurl.cc/4a2Xj	https://reurl.cc/Lb9XX	https://reurl.cc/NrzGn



繳費方式

請以 ATM 轉帳方式，將課程費用轉帳至

- 銀行代碼：822(中國信託商業銀行/安和分行)
- 帳號：691540066434
- 戶名：史塔克企業有限公司

- (1) 請於轉帳繳費後，至下方填寫報名資料表，主辦單位若核對無誤，將會回信給您報名成功之訊息。
- (2) 如報名成功後不克參與課程，請於開課日七天前完成取消手續，逾期恕不接受辦理。
- (3) 退費政策：
 - a.申請退費請來信 Mountain@stark.works 提出申請。
 - b.開課日前三十日提出，全額退費。（扣除轉帳手續費 50 元）
 - c.開課日前二十日提出，退費 70%。
 - d.開課日前十五日提出，退費 50%。
 - e.開課日前十日至當天，不予退費。

（來信內容請註明姓名、報名場次、事由、匯款帳號）
- (4) 更改場次：如報名成功後不克參與課程，請於開課日七天前完成更改場次手續，逾期恕不接受辦理。申請更改場次，請來信 Mountain@stark.works 提出申請。
- (5) 最終開課權由史塔克企業有限公司決定。
- (6) 為維護上課品質，請勿攜伴旁聽或帶兒童進入教室，課程現場僅限報名者本人入場。
- (7) 請勿攜帶飲料、食物進入教室，現場有提供飲水，請自備環保水杯。

繼續教育課程積分(申請中，依各醫學會實際核定結果提供)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 中華民國中醫師公會全國聯合會。 | 台灣家庭醫學醫學會。 |
| 中華民國西醫師公會全國聯合會。 | 台灣復健醫學會。 |
| 中華民國骨科醫學會。 | 台灣運動傷害防護學會。 |
| 中華民國物理治療師公會全國聯合會。 | 台灣運動醫學醫學會(TASM)。 |
| 中華民國職能治療師公會全國聯合會。 | |

官方網址 <https://reurl.cc/gWLab>

課程聯絡人

周士豪 先生 0926-031499 ; (02)8509-2555