

# 肌能系貼紮技術

Kinesio Taping Method

## 運動傷害肌肉骨骼專題班

### 【課程簡介】

高度資訊化的 21 世紀，3C 產品已佔據了現代人大部分的時間，工作繁重的你，是否曾在電腦前坐一整天後覺得腰背痠痛，但卻不知道如何緩解？週末假日想外出登山、慢跑，卻因長期的靜態生活與缺乏適當的暖身與收操，造成運動傷害而不知所措？熱愛運動的你，是否忽略了適量運動及運用正確動作模式的重要性？當各種症狀產生時，除了仰賴藥物外還有其他方法嗎？

肌能系貼紮技術是使用不含藥物的彈性貼布進行介入，其核心觀念是藉由貼布的力學效應與人體組織間的互動，達到感覺刺激的輸入，筋膜的引導與流動，肌肉及軟組織的支持、促進與放鬆，緩解疼痛，改善血液循環，減輕水腫瘀青，矯正姿勢，改善不良動作型態等多種生理效益。

這些效益除了被應用在醫療領域外，也常見於運動賽事、日常生活相關肌肉骨骼系統問題之處理，而廣泛運用的情形下，已使得「肌能系貼紮技術(Kinesio Taping Method)」成為你我皆應具備的自我保健生活技能。



【肌能系貼紮技術 運動傷害肌肉骨骼專題班】將從日常生活與運動場上常見之動作訓練、急慢性傷害切入，清楚呈現完整的肌能系貼紮理論基礎，並搭配多元且生活化的實用範例，讓大家累積充足的實作經驗。課程中也將引導大家進一步思考、活用肌能系貼紮的特質，將貼紮適當地運用在不同情境與時機，確實達到「自我保健，遠離傷害」的目的！

本課程教材包含肌能系貼布(Kinesio® Tex)兩卷，讓大家  
可以完整學習此技術的精髓。



(顏色依現場提供為主)

### 【上課時間與地點】

場次	時間	地點
台北場	12/16 · 13:30~17:20 12/17 · 09:00~17:20	藍海學苑
台中場	2024/01/27 · 13:30~17:20 2024/01/28 · 09:00~17:20	台中市
台南場	2024/03/30 · 13:30~17:20 2024/03/31 · 09:00~17:20	百達文教中心 B1 教室

**【課程表】**

	時間	課程
第一日	13:00~13:30	報到
	13:30~15:00	肌能系貼紮技術的原理分析與運用技巧
	15:00~15:10	休息
	15:10~16:00	肌能系貼紮技術於運動傷害的整體思考邏輯
	16:00~17:20	肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析與應用
第二日	08:30~09:00	報到
	09:00~10:40	肌能系貼紮技術於運動傷害的進階思考與探討
	10:40~11:00	休息
	11:00~12:00	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的整體思考邏輯
	12:00~13:00	午餐
	13:00~14:40	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的實例分析與應用
	14:40~15:00	休息
	15:00~16:20	肌能系貼紮技術於肌肉骨骼系統問題的進階思考
	16:20~17:20	肌能系貼紮技術的應用思維探討

**【學分認證】**

台灣復健醫學會

繼續教育學分積分申請中

中華民國中醫師公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中 (學分申請費用另計 600 元)

中華民國物理治療師公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中

中華民國職能治療師公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中

中華民國護理師護士公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中

台灣運動傷害防護學會

繼續教育時數申請中

※以上各專業實際積分點數將依各認證單位回函即時更新於課程官網上。

**【主辦單位 / 相關網站】**
**藍海學苑 ( BOA Academy )**

 官方網頁：<https://www.hnl.com.tw/academy.php>

**社團法人臺灣肌能系貼紮學會 ( Kinesio Taiwan )**

 學會網址：<https://www.hnl.com.tw/kinesiotaiwan>

 臉書專頁：<http://www.facebook.com/ktatjc>


## 【講師簡介--肌能系貼紮技術國際講師群】

### ➤ 杜婉茹

#### 【學歷】

長庚大學臨床行為科學研究所 碩士

#### 【現職】

藍海曙光集團 醫療長

臺灣肌能系貼紮學會 常務理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

#### 【經歷】

臺北市健康新生活協會 理事長

臺北市職能治療師公會 常務理事

臺灣肌能系貼紮學會 理事

臺灣應用復健協會 理事

杏誠復健中心 專業督導

### ➤ 侯雅娟

#### 【學歷】

中國醫藥學大學 醫學系 醫學士

#### 【現職】

財團法人宏恩綜合醫院復健科 主任醫師

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

#### 【經歷】

臺灣肌能系貼紮學會 理事

臺北市健康新生活協會 常務理事

### ➤ 宗志豪

#### 【學歷】

中山醫學大學復健醫學系物理治療組 學士

#### 【現職】

杏誠復健中心 物理治療師

臺灣瑜珈療癒協會 理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

SMaRT 自我肌筋膜放鬆技巧 講師

中華民國物理治療師公會全國聯合會 監事

#### 【經歷】

藍海曙光集團 營運長

杏誠復健中心 行政督導

永誠復健中心 物理治療組長

臺灣肌能系貼紮學會 常務理事

台北市物理治療師公會 常務理事

台北世界大學運動會運動防護團隊 執行長

### ➤ 劉毓修

#### 【學歷】

台灣大學物理治療研究所 碩士

#### 【現職】

藍海曙光集團 運動暨物理治療召集人

永誠復健中心 行政督導

臺灣肌能系貼紮學會 理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

#### 【經歷】

永誠復健中心 物理治療組長

台北世大運 運動防護團隊督導

杜哈亞運男子排球、空手道、武術 隨隊物理治療師

➤ 周柏青

【學歷】

成功大學物理治療學系 學士

【現職】 藍海曙光集團 辦公室主任

臺灣肌能系貼紮學會 秘書長

臺灣應用復健協會 常務理事

臺灣瑜珈療癒協會 監事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

《軟組織貼紮技術》書籍作者

【經歷】

藍海曙光集團 技術長

永誠復健中心 專業督導

財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療組長

臺北市健康新生活協會 常務理事

台北市學校系統 巡迴物理治療師

➤ 胡家誠

【學歷】

陽明大學物理治療學系 學士

【現職】

杏誠復健中心 專業督導

臺灣肌能系貼紮學會 常務監事

台北市物理治療師公會 常務理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

SMaRT 自我肌筋膜放鬆技巧 講師

身體感知運動訓練技巧 講師

【經歷】

永誠復健中心 專業督導

財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療副組長

臺灣應用復健協會 理事

富邦台北馬拉松路跑賽 運動防護組負責人

行政院體育委員會 大台北地區國民體能檢測站協同主持人

中華民國健美協會 特聘講師

➤ 姚鳳音

【學歷】

成功大學物理治療學系 碩士

【現職】

藍海曙光集團教育及公益體系 秘書長

杏誠復健中心 行政暨專業副督導

臺北市健康新生活協會 常務理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第三級認證講師

【經歷】

財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療組長

臺灣肌能系貼紮學會 監事

➤ 許穎昌

【學歷】

臺灣大學物理治療學系 學士

【現職】

永誠復健中心 物理治療組長

臺灣應用復健協會 理事

肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)

臺灣肌能系貼紮學會 第二級學會講師

《帶著走！幼兒全腦激化 86 題》 書籍作者

【經歷】

財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療師

臺北市健康新生活協會 理事

台北市物理治療師公會 理事

- 肌能系貼紮技術國際講師 Certified Kinesio Taping Instructor (CKTI)是由 KTAI 正式認證，唯一授權可以擔任肌能系貼紮技術國際認證課程的講師，需參加 CKTI 認證課程，並通過考試，方能取得 CKTI 國際講師資格。

### 【報名費用】

#### ➤ 早鳥專案：

台北 2023/12/16-17 場次，在 11/20 (一)前 完成報名

台中 2024/01/27-28 場次，在 01/01 (一)前 完成報名

台南 2024/03/30-31 場次，在 03/04 (一)前 完成報名

■ 每人 4,300 元。

■ 三人以上團報，每人 3,800 元。

#### ➤ 課程原價：

■ 每人 6,000 元。

■ 三人以上團報，每人 4,300 元。

#### ➤ 課程費用包含

■ 肌能系貼布(Kinesio® Tex)兩卷

■ 精美彩色講義

➤ 全程參與研習者，課後 E-mail 寄發研習證明電子檔。(如需紙本研習證明，需額外支付費用，請於報名結帳頁面點選**特殊加購**申請，詳細說明請至藍海學苑[研習證明申請辦法查詢](#)。)

### 【教材加購費用】(如需加購教材，可於報名結帳頁面點選**特殊加購**選單額外購買)

➤ Kinesio®肌能系專業剪刀(附 BOA 剪刀專用皮套)\*1 把+ Kinesio®經典款貼布\*1 卷，加購費用 1400 元

➤ Kinesio®肌能系專業剪刀(附 BOA 剪刀專用皮套)\*1 把+ Kinesio®極致款貼布\*1 卷，加購費用 1500 元

➤ Kinesio®經典款貼布\*2 卷+ Kinesio®極致款貼布\*2 卷，加購費用 1050 元

### 【實戰專精系列課程合報專區】

➤ 凡與任一場次《肌能系 EDF™ 貼紮技術 實戰專精班》(課程早鳥價 3,900)課程合報，合報費用每人 8,300 元。

➤ 凡與任一場次《下肢生物力學與足踝矯正技術》(課程早鳥價 4,000)課程合報，合報費用每人 7,500 元。

➤ 凡與任一場次《肌能系貼紮技術 神經與兒童領域專題班》(課程早鳥價 3,600)課程合報，合報費用每人 8,300 元。

➤ 凡與任一場次《肩關節臨床評估與介入》(課程早鳥價 2,800)課程合報，合報費用每人 6,300 元。

➤ 更多實戰系列課程合報資訊，請參考：

[https://www.hnl.com.tw/course\\_combine.php?cid=17](https://www.hnl.com.tw/course_combine.php?cid=17)

### 【報名方式】

1. 請連結至藍海學苑進行報名：<https://www.hnl.com.tw/course.php?cid=5>
2. 於報名方案中，選擇您想要的報名方式：
  - 個人報名方案：放入選課單即可結帳，完成報名。
  - 團體報名方案：放入選課單，需填寫同團夥伴的 Email 及相關資訊，確認後即可結帳完成報名。  
 (註)【團體報名發起人】需完成所有報名者之付款，報名時請備妥團報成員之相關資料：身分證字號、Email、姓名、手機、服務單位、職稱、飲食偏好、執業類別、發票形式(二/三聯)。
3. 若您初次進入網站，須先進行帳號的申請，申請完成後須至 Email 收取驗證信件，依上方步驟通過驗證，即可開始使用網站功能並進行報名。
4. 課程發票將於課程當日發放，若需提前領取或更改，請來信告知。(課程發票為電子發票形式，僅能開立統編。如因報帳因素，需於發票上顯示抬頭，也請來信告知，我們將使用手寫式發票處理。)
5. 有任何問題，請洽 藍海學苑(02)27035353。
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。
8. 本課程不開放錄影、錄音及直播。
9. 藍海學苑將於實體課程中進行拍照/錄影，您開始參與課程，代表您(學員)同意本學苑收錄學員之肖像及聲音，並同意本學苑基於課程與教材推廣之目的使用。
10. 課程著重實際操作練習，請攜帶剪刀並穿著寬鬆衣物以利練習。

### 【課程取消與退費規則說明】

如因個人因素無法參與課程者，請參閱下列相關說明。若您同意以下條款，再開始進行報名。報名完畢後，代表您已閱畢本退費規則並同意以下條款。

申請時間 (需於課程前)	退費金額說明		
	個人	團報	課程合報
課前 30 日以前	扣除手續費之餘額	扣除其他團報成員費用 與手續費之餘額	扣除其他合報課程費用 與手續費之餘額
課前 29~7 日	扣除手續費之 80%餘額	扣除其他團報成員費用 與手續費之 80%餘額	扣除其他合報課程費用 與手續費之 80%餘額
課前 6 日至當天	恕不退還	恕不退還	恕不退還

《詳細退費說明，請參閱網頁：[課程報名須知](#) | [課程取消退費說明](#)》