

「McConnell Taping Technique (雷可貼紮術) 在運動防護領域臨床應用」工作坊

主辦單位：台灣運動科學健康促進協會

協辦單位：台灣運動傷害防護學會、亞科太克有限公司

上課時間：107 年 6 月 16 日 (星期六)

課程說明：

一、主旨與課程大綱：

為使運動防護員、物理治療師與運動愛好者進一步了解 McConnell Taping Technique (雷可貼紮術) 的原理與運用，並在照顧運動員的工作職場上有較多元的思考模式或自我照護能力。課程中將介紹在台灣少被使用但在國外卻非常普遍的雷可貼布以及雷可貼紮術與其他貼紮方式的差異性。

McConnell Taping Technique 是由澳洲的物理治療師 Jenny McConnell 在 1984 年設計使用。她當時的目的是為了解決病人膝關節疼痛的問題，利用貼布黏貼與拉扯的張力方向將髌骨調整回原本的位置，使下肢動作恢復正常。近年來，雷可貼紮術使用在身體各個部位，解決了許多長期困擾著運動員以及運動愛好者的問題。

疼痛與身體姿勢不良之間有相當大的關係，在職場上，處理疼痛問題與恢復關節活動功能也是所有運動防護員與物理治療師長期面對的問題並尋求解決方法。本次工作坊將與參與者分享如何評估運動員的動作、了解運動傷害的造成原因與雷可貼紮術的原理並操作雷可貼布貼紮。利用簡單的工具達到目的，並強化處理效果。

二、上課地點：國立台灣師範大學公館校區體育館 3 樓視聽教室 (台北市汀州路四段 88 號)

三、對象名額：凡對本課程有興趣者均可報名參加，名額上限 40 名。

四、費用：

一般報名：每人 2,500 元

早鳥價：5/31 前報名且完成繳費者：每人 2,300 元

台灣運動傷害防護學會會員：每人 2,000 元

五、報名方式：

即日起至 106 年 6 月 8 日止，報名繳費方式如下：

(1) 銀行轉帳戶名：臺灣運動科學健康促進協會。

(2) 銀行：第一銀行(007)帳號：24610003836

(3) 繳費後填寫網路活動報名表：<http://bit.ly/0616TMcConnellTaping>

(4) 如報名人數超過名額，則以繳費順序為參考依據。

六、課程提供 Leukotape 與 Cover roll 貼布各一卷

七、參與本次課程學員於研習當天以 8 折優惠價格購買 Leukotape 與 Cover roll 貼布。

八、報到須知：若活動有相關異動，將於活動前一週以 e-mail 另行通知

九、注意事項：

- (1)因故無法參加者，應於活動前一週通知本機構，以免影響其他報名人員之權益，退費需扣行政手續費 500 元整。
- (2)本次活動物理治療師、運動傷害防護員繼續教育時數申請中。
- (3)會議場禁止飲食，為響應環保，建議攜帶水壺或水杯。
- (4)本次研習提供代訂午餐服務，有需求者請於報到時，在報到櫃台繳費登記。
- (5)研習場地無法提供停車，開車前往者請自行尋找停車場所。建議多利用大眾運輸交通工具前往。
- (6)有任何建議與疑問，每週一至週五 9:00 後敬請來電：02-86926618 陳昶綸先生。

【講師簡介】

詹仲凡

學歷：

中國醫藥大學物理治療系
臺北市立大學休閒運動管理研究所

經歷：

2005 東亞運中華台北隨隊物理治療師
三軍總醫院國軍台北門診中心物理治療師
易康脊足體態物理治療所物理治療師

現任：

國立臺東大學運動與健康中心三等技術師
臺東縣物理治療師公會常務理事

專業證照：

BSM-C 運動按摩認證
C級重量訓練證
C級鐵人三項教練證
LETS BANDS CORRECTIVE MOVEMENT COACH

謝枚芳

學歷：

國立體育大學運動保健學系
臺北市立大學運動科學研究所

經歷：

台灣運動傷害防護學會理事（2005~2012,2016~）
台灣運動傷害防護學會常務監事（2013~2016）
亞洲運動會 Asian Games （2002, 2006）
世界大學運動會 Summer universiade （2003, 2005, 2009）
東亞運動會 East asian games （2001, 2005, 2009, 2013）
女籃世界盃錦標賽 Fiba world championship for women （2002, 2006）
FIBA 女籃 U19 世界盃錦標賽 Fiba U19 women's championship （2011）
北京奧運女籃資格賽 Fiba Olympic qualifying tournament for woman （2008）
FIBA 女子籃球亞洲錦標賽 Fiba asian championship for women （2001, 2004, 2005, 2007, 2009, 2013）

現任：

國泰人壽女子籃球隊運動傷害防護師，1998~

專業證照：

高級急救證（1995）
水上救生（1998）
台灣運動防護師認證（2003）

NSCA-CSCS (2008)

Kinesio taping fundamentals, advanced and corrective course KT1, KT2, KT3 (2011)

TRIGGER POINT self myofascial release technique course (2012)

EMT-1 (2013)

Polestar pilates comprehensive for studio course (2013)

TRX suspension training course (2014)

TRX suspension training: Sports medicine course (2014)

台灣芳療協會入門芳療師課程 (2015)

Dynamic Variable Resistance Training certification Level 1 and Level 2 (2015)

Dynamic tape certified Level 1 course (2017)

活動課程表

	題目	講師
08:30-09:00	報到	
09:00-10:30	雷可貼紮術介紹與動作評估	詹仲凡
10:40-12:10	雷可貼紮術的臨床應用	詹仲凡
12:10-13:30	Rest	
13:30-15:00	雷可貼紮術的綜合演練（下肢）	謝枚芳
15:10-16:40	雷可貼紮術的綜合演練（上肢與軀幹）	謝枚芳
16:40-17:00	Q&A	

交通指南



捷運：

公館站：『公館站』1號出口往新店方向步行約14分鐘即可到達。

萬隆站：『萬隆站』4號出口往公館方向步行約12分鐘即可到達。

公車：

搭乘0南、綠13、109、251、252、253、278、284、290、530、606、623、644、648、660、復興幹線、羅斯福幹線、松江新生幹線、基隆路幹線至「師大分部站」下車。