

Dynamic Neuromuscular Stabilization (DNS) according to Kolar

Curso Deportivo “Parte 2”

Horas: 14

Fecha:

Marzo 18 - 19, 2023.

Lugar:

**Hotel Nogales
Los Nogales 741
Providencia
Metro Los
Leones
Santiago, Chile**

Instructor:

Robert Lardner, PT

Organizador:

**Luis Marcelo Tello
mtello99@gmail.com
<https://www.healing.cl>
Tel.: 56(2)23789120**

**REHABILITATION
PRAGUE SCHOOL**



www.rehabps.com

Programa del Curso (Programa sujeto a modificación y extensión de horarios)

Dia 1

8.00 – 9.00: Acreditación; Entrega del material de estudio.

9.00 – 10.30: Revisión de los principios de la kinesiología del neurodesarrollo para lograr una óptima estabilización postural como prerequisite primario para la performance deportiva.

10.30 – 11.00: Coffee break.

11.00 – 12.30: Análisis postura - Tests avanzados de DNS para reconocer el eslabón débil en los patrones posturales - locomoción.

12.30 – 13.30: Almuerzo.

13.30 – 15.00: Técnicas de DNS para lograr una óptima estabilización de los segmentos de apoyo y una co-contracción equilibrada de los estabilizadores del core.

15.00 – 15.30: Coffee break.

15.30 – 17.00: Videos y demostración de la vida de los atletas para analizar la función postural - locomoción y determinar la estrategia de tratamiento para tratar síndromes dolorosos, prevenir su recaída y mejorar la performance deportiva.

Dia 2

9.00 – 10.30: Ejercicio en posiciones avanzadas de la ontogenesis.

10.30 – 11.00: Coffee break.

11.00 – 12.30: Ejercicio en posiciones ontológicas con bandas elásticas, pesos y superficies inestables.

12.30 – 13.30: Almuerzo.

13.30– 15.00: Ejercicios de DNS para técnicas de deportes específicos.

15.00 – 15.30: Coffee break.

15.30 – 17.00: Continua Workshop: Preguntas, Discusión.

Dia 1

Sábado – 18 de Marzo, 2023

9.00 – 10.45 Revisión de los principios de la kinesiología del neurodesarrollo para lograr una óptima estabilización postural como prerequisite primario para la performance deportiva.

10.45 – 11.00 Coffee break.

11.00 – 12.30 Análisis postura - Tests avanzados de DNS para reconocer el eslabón débil en los patrones posturales - locomoción.

12.30 – 13.30 Almuerzo.

13.30 – 15.15 Técnicas de DNS para lograr una óptima estabilización de los segmentos de apoyo y una co-contracción equilibrada de los estabilizadores del core.

15.15 – 15.30 Coffee break.

15.30 – 18.00 Videos y demostración de la vida de los atletas para analizar la función postural - locomoción y determinar la estrategia de tratamiento para tratar síndromes dolorosos, prevenir su recaída y mejorar la performance deportiva.

Day 2

Domingo - 19 de Marzo , 2023

- | | |
|---------------|---|
| 8.30 - 10.30 | Ejercicio en posiciones avanzadas de la ontogenesis. |
| 10.30 - 10.45 | Coffee break. |
| 10.45 - 12.30 | Ejercicio en posiciones ontológicas con bandas elásticas, pesos y superficies inestables. |
| 12.30 - 13.30 | Almuerzo. |
| 13.30- 15.00 | Ejercicios de DNS para técnicas de deportes específicos. |
| 15.00-15.30 | Coffeebreak. |
| 15.30 - 17.00 | Continua Workshop: Preguntas, Discusión. |

Descripción y Objetivos del Curso.

Objetivos del Curso

- ♦ Demostrar y comprender los principios básicos del neurodesarrollo y su kinesiología.
- ♦ Describir la relación entre el neurodesarrollo de los primeros años de vida y las disfunciones del aparato locomotor en la adultez.
- ♦ Discutir y demostrar las bases del movimiento humano: las superficies de soporte, avance, la biomecánica y la función de la locomoción, el centraje articular y el desarrollo de la postura.
- ♦ Evaluar y corregir los patrones respiratorios incorrectos.
- ♦ Evaluar e integrar el Sistema de Estabilización de la columna vertebral de forma visual y mediante el uso de test funcionales.
- ♦ Integrar ejercicios correctivos basados en los test funcionales de DNS en las posiciones del desarrollo en supino , prono , sentado oblícuo, en cuadrupedia, arrodillado y otros movimientos globales.
- ♦ Demostrar cómo DNS pueden integrarse a otras modalidades y estrategias de ejercicios.

Certificación del Curso Sport de DNS

Para asegurar una correcta práctica de la disciplina con nuestros pacientes el test práctico sólo puede ser rendido un año después de haber tomado el primer curso de DNS (Pudiendo ser DNS Sport 1 o el Curso DNS A).

Usted podrá elegir realizar DNS Sport III, antes de ese lapso de un año. Sin embargo si usted desea rendir el test práctico para la obtención del título de Trainer Certification. Usted deberá asistir nuevamente a DNS Sport III y rendir el examen práctico en esa segunda oportunidad. También, se requiere rendir una prueba online luego de tomar DNS Sport II , lo que es prerrequisito para rendir el examen práctico en DNS Sport III.

Cuando obtengas tu certificación, puedes solicitar que se publique tu nombre y datos en la página web de Prague School Rehabilitation por 20 Euros pagaderos sólo por una vez. Se requerirá que para mantener la certificación deba realizar al menos 1 curso de DNS cada 3 años.

Al finalizar el Curso se le otorgará un Certificado de Asistencia por su Instructor.

**REHABILITATION
PRAGUE SCHOOL**



Certificate of Attendance

BE IT KNOWN THAT

Assoc. Prof. Alena Kobesová, M.D., Ph.D.

HAS ATTENDED THE FOLLOWING COURSE WORK

**DYNAMIC NEUROMUSCULAR STABILIZATION
ACCORDING TO KOLÁŘ
A DEVELOPMENTAL KINESIOLOGY APPROACH**

COURSE LEVEL: **DNS EXERCISE COURSE PART I**

LOCATION: **Minneapolis**

DATES: **July 20 - 21, 2019**

CONTACT HOURS: **12**

Signed

Assoc. Prof. Alena Kobesova, MD, PhD



Para completar satisfactoriamente y aprobar los Cursos de DNS I al III. Deberá rendirse una prueba online luego del Curso DNS Sport II y una prueba práctica en el Curso DNS Sport III. Luego de ésto Certificado de DNS Exercise Trainer de Prague School of Rehabilitation se le otorgará. Una vez obtenido el Diploma final usted puede registrarse en el listado de **DNS Exercise Trainers** en el sitio web de Prague School por un valor de 20 EUR por un periodo indefinido de tiempo. Se requerirá que para mantener la certificación deba realizar al menos 1 curso de DNS cada 3 años.

REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



Certificate of DNS Exercise Trainer

BE IT KNOWN THAT

Assoc. Prof. Alena Kobesová, M.D., Ph.D.

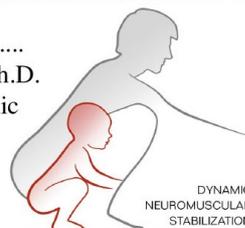
HAS SUCCESSFULLY COMPLETED THE PRESCRIBED COURSES,
DEMONSTRATING PROFICIENCY BY PASSING THE REQUIRED
PRACTICAL EXAMINATION ON THE APPLICATION OF THE DNS
PRINCIPLES FOR VARIOUS SPORT AND FITNESS TRAINING METHODS.

THUS CONFER THE TITLE OF:

**Dynamic Neuromuscular Stabilization
Certified Exercise Trainer**

September, 2019

Prof. Pavel Kolar, PaedDr., Ph.D.
Head of Rehabilitation Clinic
2nd Medical Faculty
Charles University
Prague, Czech Republic



DNS[®]
Motor Control for Life

Instructor



Robert Lardner, PT

Robert Lardner es graduado del Departamento de Terapia Física de Lund's University, Suecia en 1991. Trabajó en rehabilitación de pacientes en el ámbito ambulatorio y hospitalizados en Suecia antes de radicarse en Illinois U.S.A en 1992, donde trabajó como Fisioterapeuta del staff del McNeal Hospital, Clearing Industrial Clinic y como supervisor de Terapia Física del Mercy Hospital.

También se ha desempeñado como Fisioterapeuta en distintas clínicas deportivas y ha realizado docencia de pregrado en Southern California y el National Universities of Health Sciences. Se formó junto al Profesor Janda, Lewit y Kolář de la República Checa quienes han sido pioneros en la rehabilitación funcional y la medicina manual. Con el paso de los años a sido instructor de diferentes cursos en el campo de la rehabilitación incorporando abordajes de algunos líderes en el campo cuyas filosofías ha incorporado a su práctica. Algunas de ellas incluyen la Medicina Manual, Análisis de movimiento y marcha, ejercicios y Técnicas Reflejas. En el presente él es un Instructor Internacional de DNS (Dynamic Neuromuscular Stabilization).

Autor del concepto DNS



Profesor Pavel Kolar, P.T., Paed. Dr., Ph.D.

Profesor Kolar es un Fisioterapeuta de profesión. Sus Instructores los Profesores Karel Lewit, Vaclav Vojta y Vladimir Janda, influenciaron profundamente su evolución al DNS. El es el Director del Departamento del University Hospital Motol, School of Medicine, Charles University, Prague, Czech Republic. También es un asistente del Director del Hospital y Vice-Decano de la Carrera de Bachellor y Master en Second Medical Faculty, Charles University, Prague.

Como Director del Departamento de Rehabilitación el Profesor Kolar supervisa los siguientes servicios:

1. Unidad de Rehabilitación de pacientes adultos hospitalizados y ambulatorios.
2. Unidad de Rehabilitación de niños , hospitalizados y ambulatorios.
3. Unidad de Manejo del Dolor pacientes hospitalizados y ambulatorios.
4. La Unidad de Columna.
5. La Escuela de Fisioterapia.
6. El Departamento de Medicina Deportiva.

El Profesor Kolar es reconocido mundialmente por su trabajo en rehabilitación, sumado a la implementación de los métodos de DNS a celebridades del mundo del deporte, política y el entretenimiento. A participado como miembro médico del Equipo Olímpico de la República Checa, la Selección de Fútbol, el Equipo de Tenis de Copa Davis y Equipos de hockey nacionales. Ganó un importante reconocimiento cuando estuvo a cargo del tratamiento del ex presidente de la República Checa Vaclav Havel, el que incluyó viajar y servir como clínico personal del presidente. Debido a la profunda influencia de DNS en la rehabilitación en la República Checa el Profesor Kolar obtuvo el prestigioso "Premio Presidencial a la Excelencia Clínica" de manos del Ex Presidente Checo Vaclav Klaus en el 2007. Este reconocimiento es reservado para aquellos que luego de muchas décadas de aporte y dedicación a la sociedad son reconocidos al final de su carrera, mientras que el aporte de DNS a la sociedad lo hizo recibir éste reconocimiento a sus tempranos 40's!!

El Profesor Kolar está continuamente dirigiendo un extenso proyecto de investigación en su departamento relacionado con el Desarrollo Neurokinésico y su aplicación en el diagnóstico temprano de los desórdenes que afectan al Sistema Nervioso Central en recién nacidos e infantes. El y su especializado equipo de profesionales utilizan las técnicas de DNS en el tratamiento de recién nacidos y niños con parálisis cerebral. También el Profesor Kolar se encuentra desarrollando

un segundo proyecto de investigación estudiando “ La función estabilizadora y respiratoria del diafragma “ y su relación con el tratamiento conservador de los síndromes de dolor lumbar.

En el 2009 Pavel Kolar completó satisfactoriamente su Tesis Ph.D.: "RNM Dinámica y análisis espirométrico de la actividad diafragmática". Desde el 2009 al 2012 Prof. Kolar aceptó el cargo de Adjunct Senior Lecturer en la Faculty of Health Sciences, Murdoch University, Australia.

Profesor Kolar a enseñado DNS en multiples países en todo el

mundo. Actualmente vive en Praga con su esposa y sus tres hijos.