

## 圓巧宗傷科開課訊息

時間：A. 2/28-3/3 共 4 天 30 小時

B. 3/9, 3/10, 3/16, 3/17, 3/23, 3/24 (3 個星期六日) 共 30 小時

梯次	日期	時間
A	2/28(四)~3/02(六)	0900~1200 // 1400~1900
	3/03(日)	0900~1200 // 1400~1700
B	3/09(六), 3/10(日)	(六) 1500~1800
	3/16(六), 3/17(日)	
	3/23(六), 3/24(日)	(日) 0900~1200 // 1400~1800

梯次 A 或 B 授課內容相同 擇一

學費：NT 40000

地點：新竹縣竹北市嘉豐十路七巷 7 號（竹冠富翼大樓）

交通資訊：高鐵竹北站

台鐵六家站

台鐵竹北站 轉 5900 接駁車至高鐵竹北站

步行距離 10 分鐘

授課主題：應用圓巧宗傷科處理長照危機

招生對象：對高齡社會有危機感的人

隨著超高齡社會的迫近，老化、失智、帕金森氏症、中風後遺症等

影響身體活動又無立即生命危險的疾病，

將與每個人息息相關，越來越多長照悲劇在新聞中出現。

長照問題不只是個人問題，它將成為整個家庭的嚴重問題！

這些神經內科疾病無法完全預防，就像電腦用久了總是會中毒，

造成電腦當機，活動受限，但並非沒有解決方案。

對於圓巧宗傷科來說，老化、失智、帕金森氏症、中風後遺症等等神經內科疾病，

造成的運動不能(步態不穩、偏癱、臥床.....)

只是本身球體不圓滿，轉不動了。

透過建立太極拳原則的概念，用不同於以往認知的方式去使用身體，  
加上量身訂製反覆密集長時間的練習，  
可免於接下來的行動受限、跌倒、甚至臥床。

因此本次的開課，圓巧宗中醫將與正宗推拿阿信師傅合作，

完整介紹圓巧宗傷科的6大主題---

揉揉捏捏按按、拗關節、運動指導、飲食指導、推肚子以及自然歸位。

這6大主題，將是長照社會的6把萬用小刀

透過這6把刀，與課者將認識如何應用太極拳的原則，檢視自己與身邊人的太極球體是否缺失，利用這6把刀完成修正，塑造擁有生活自主的太極球體

**在未病之時養身保健，已病之後也能找回身體自主權。**

日期/時間	內容	授課者
2/28 09:00~12:00 14:00~19:00	圓巧宗傷科介紹 太極拳原則 運動指導	姜禮樞 醫師 章雅純 醫師
3/1 09:00~19:00	揉揉捏捏按按	張永信 師傅
3/2 09:00~19:00	拗關節	張永信 師傅
3/3 09:00~17:00	飲食指導/推肚子 自然歸位	姜禮樞 醫師 章雅純 醫師

日期	主題	內容	
2/28 0900 - 1200	引言	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 圓巧宗傷科介紹</li> <li>● 長照危機</li> <li>● 案例分享</li> <li>● 太極拳 4 大原則</li> <li>● 本力與拙力---施數者與患者兩方面</li> </ul>	
2/28 1400 - 1900	運動指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 重力是良藥</li> <li>● 各種神內疾病的球體缺陷</li> <li>● 11 步、左右擻膝拗步</li> <li>● 助命律的重點</li> <li>● 腰的滑利與鬆沉</li> </ul>	
3/1	拗關節	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 施術者本身的手隨腰動</li> <li>● 肩</li> <li>● 髌</li> </ul>	
3/2	揉揉捏捏按按	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 施術者本力與拙力</li> <li>● 抓米</li> <li>● 骨重</li> </ul>	
3/3	飲食指導/推肚子	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 間歇性斷食</li> <li>● 肝膽淨化</li> <li>● 坐著推/躺著推</li> </ul>	
3/3	自然歸位	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 綜合應用</li> </ul>	

報名聯絡資訊：

報名聯絡人：姜禮樞 醫師

報名 Email: judiee.tw@gmail.com

報名電話: 0952735705

匯款帳號：姜禮樞

822 中國信託 公館分行

347540290680

有任何報名相關問題，歡迎至 FB 粉絲頁

圓巧宗中醫/純小中醫之路 詢問！！