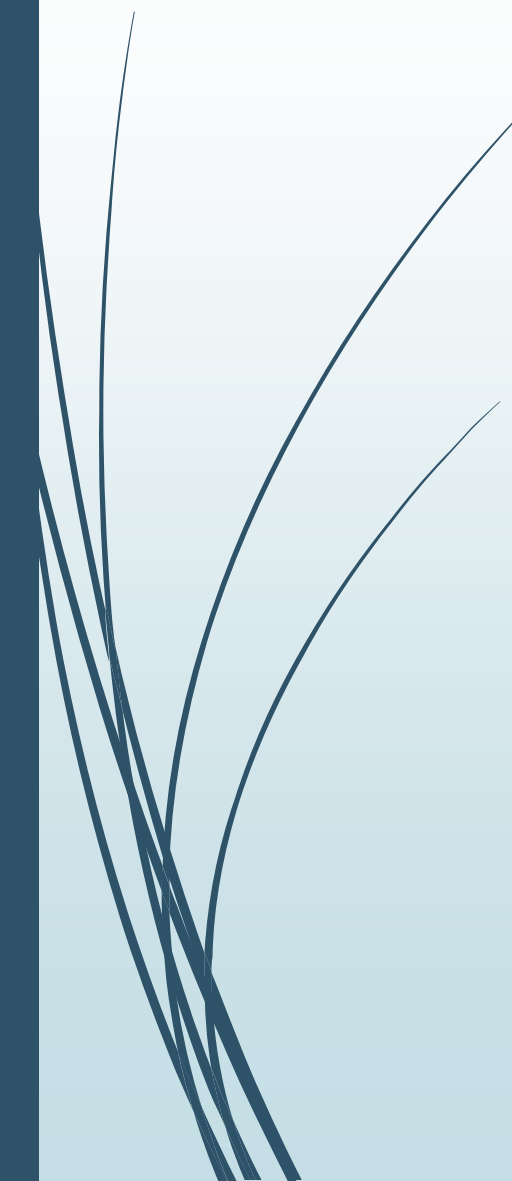




Akrální koaktivací terapie - ACT



Základní principy metody ACT

- ▶ MOTORICKÉ UČENÍ
 - ▶ AKRA A VZPĚR
 - ▶ POLOHY VÝVOJE
 - ▶ UZAVŘENÉ POHYBOVÉ ŘETĚZCE (CKC)
- 



1. Motorické učení





2. Akra a vzpěr





3. Polohy vývoje





4. Uzavřené pohybové řetězce





TIPOLOGIE AKER





KLENBA RUKY

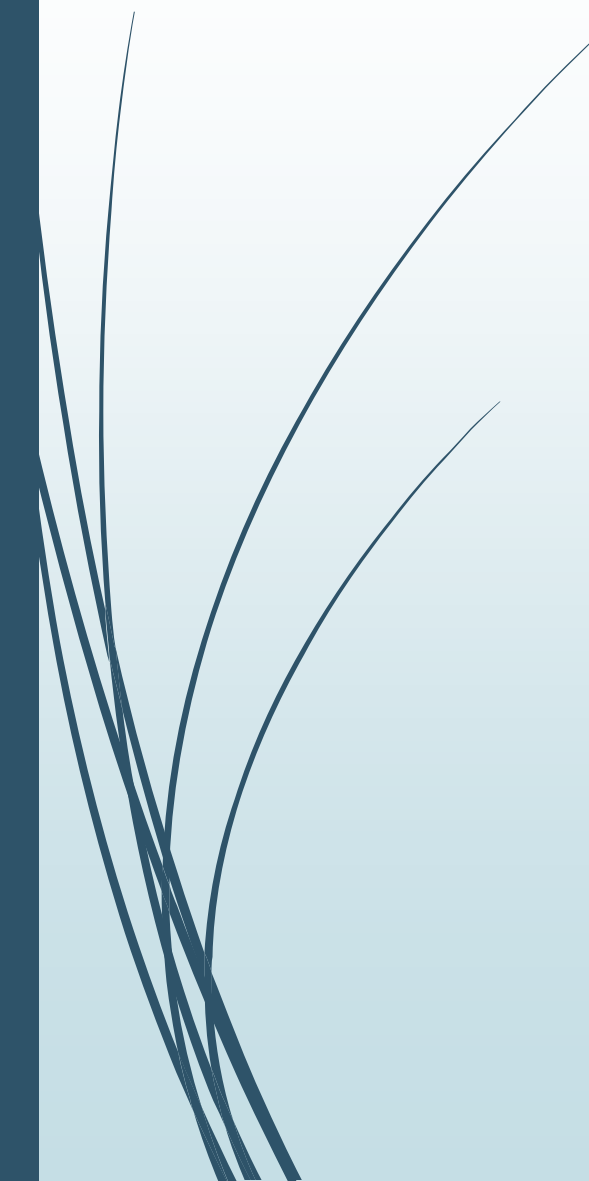


FUNKČNÍ NASTAVENÍ RUKY

NEFUNKČNÍ NASTAVENÍ RUKY



KLENBA NOHY





KLENBA NOHY



FUNKČNÍ NASTAVENÍ NOHY

NEFUNKČNÍ NASTAVENÍ NOHY



ZÁSADY CVIČENÍ ACT

