

高雄榮民總醫院屏東分院

高齡區域研討會

預防運動傷害與訓練：以跑步為案例探討

主辦單位：高雄榮民總醫院屏東分院

協辦單位：康柏物理治療所

經費補助單位：國軍退除役官兵輔導委員會

時間：110年09月15日(星期三)08:30~14:10

地點：高雄榮民總醫院屏東分院 門診大樓二樓 大禮堂

時間	主題	講者	主持人
08:30~09:00(30)	報到		
09:00~09:10(10)	Opening	周美嘉 主任 高雄榮總屏東分院	
09:10~10:10(60)	運動傷害的成因	李柏融 物理治療師	周美嘉 主任
10:10~11:10(60)	如何跑步不受傷?	康柏物理治療所	高雄榮總屏東分院
11:10~11:20(10)	Break		
11:20~12:20(60)	跑步的動作訓練以及傷害預防	李柏融 物理治療師 康柏物理治療所	周美嘉 主任 高雄榮總屏東分院
12:20~13:10(50)	Lunch Time		
13:10~13:40(30)	Questions and Answers		
13:40~14:10(30)	綜合討論		

高雄榮民總醫院屏東分院

高齡區域研討會

預防運動傷害和訓練：以跑步為案例

一、日期：109年09月15日(星期三)上午8時30分至14時10分

二、地點：高雄榮民總醫院屏東分院 門診大樓二樓 大禮堂

(屏東縣內埔鄉龍潭村昭勝路安平一巷1號)

三、主辦單位：高雄榮民總醫院屏東分院、內科部-急性後期照護單位

協辦單位：康柏物理治療所

經費補助單位：國軍退除役官兵輔導委員會

四、報名時間及方式：

1. 即日起至110年09月10日(五)下午17:00止。

2. 一律採線上報名，名額限60人，額滿及截止報名。

線上報名網址：<https://forms.gle/t9fgWVWcuRDAJmSQ6>

3. 繼續教育積分申請中：護理師、物理治療師、職能治療師及長期照顧服務人員，學分申請名額只限以google表單申請學員，現場報名者無法申請學分，請各位學員配合。

4. 本課程簽到及簽退2次：早上簽到、中午簽退。

5. 聯絡方式：汪先生，08-7704115 轉 82006。

五、若學員已過早上報到時間，不保證提供課程講義，造成不便請見諒。

六、課程過程中手機請關機或轉為震動，以尊重講師及上課學員。

七、主辦單位保留變更議程及講者之權利。

八、課程當日如遇天災、颱風等不可抗力之因素影響，則依據行政院人事行政總處公佈天然災害停止辦公及上課情形決定是否停止辦理，並不另行公告。

九、因應疫情，為確保各位學員的健康，請全程戴口罩及以梅花座入座。