

台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表

- 課程主題：實作工作坊 I【貼紮防護】
- 課程時間：2025/02/15 (六)
- 課程地點：犇亞商務中心 6F B+C 會議室 (台北市復興北路 99 號 6 樓)
- 課程安排：

時間	課程名稱	授課講師
13:00-13:30	課程簽到	
13:30-14:20 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與基本認知	國立體育大學運動保健學系 陳雅琳 系主任
14:20-14:30	Break	
14:30-15:20 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 彈性繃帶包紮與實作	國立體育大學運動保健學系 陳雅琳 系主任
15:20-15:30	Break	
15:30-17:10 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與實作 I	國立體育大學運動保健學系 陳雅琳 系主任
17:10-18:00	晚餐	
18:00-19:40 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與實作 II	國立體育大學運動保健學系 陳雅琳 系主任
19:40-20:00	Break	
20:00-20:50 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 貼紮實務綜合應用與討論	國立體育大學運動保健學系 陳雅琳 系主任
20:50 ~	課程簽退	

台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表

- 課程主題：實作工作坊 I【貼紮防護】
- 課程時間：2025/ 02/16 (日)
- 課程地點：犇亞商務中心 6F B+C 會議室 (台北市復興北路 99 號 6 樓)
- 課程安排：

時間	課程名稱	授課講師
08:00-08:30	課程簽到	
08:30-09:30 (60 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術的原理分析與運用技巧	永誠復健中心 許穎昌 專業暨行政副督導
09:30-10:10 (40 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的整體思考 邏輯	永誠復健中心 許穎昌 專業暨行政副督導
10:10-10:30	Break	
10:30-12:10 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析 與應用 I	杏誠復健中心 宗志豪 總監
12:10-13:10	午餐	
13:10-14:00 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析 與應用 II	杏誠復健中心 宗志豪 總監
14:00-14:10	Break	
14:10-15:50 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的進階思考 與探討	永誠復健中心 許穎昌 專業暨行政副督導
15:50-16:10	Break	
16:10-17:00 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術的應用思維探討	杏誠復健中心 宗志豪 總監
17:00 ~	課程簽退	

台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表

■ 2025/2/15(六)課程大綱：

時間	課程名稱	課程簡介
13:30-14:20 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與基本認知	探討運動貼紮的使用時機、效益、貼紮前的準備及注意事項
14:30-15:20 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 彈性繃帶包紮與實作	介紹彈性繃帶的基本使用方法及技巧，並進行實作練習，主要針對踝關節、肩關節、髖關節進行說明。
15:30-17:10 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與實作 I	深入介紹運動貼紮的概念與技巧，並透過實作練習，讓學員掌握不同運動傷害的貼紮方法。課程內容涵蓋各種關節的貼紮技巧，如腕關節、踝關節、膝關節等。
18:00-19:40 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 運動貼紮與實作 II	深入介紹運動貼紮的概念與技巧，並透過實作練習，讓學員掌握不同運動傷害的貼紮方法。課程內容涵蓋各種關節的貼紮技巧，如腕關節、踝關節、膝關節等。
20:00-20:50 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 貼紮實務綜合應用與討論	探討貼紮技術的實務應用，涵蓋運動傷害、復健治療等領域，並以實際案例來討論。

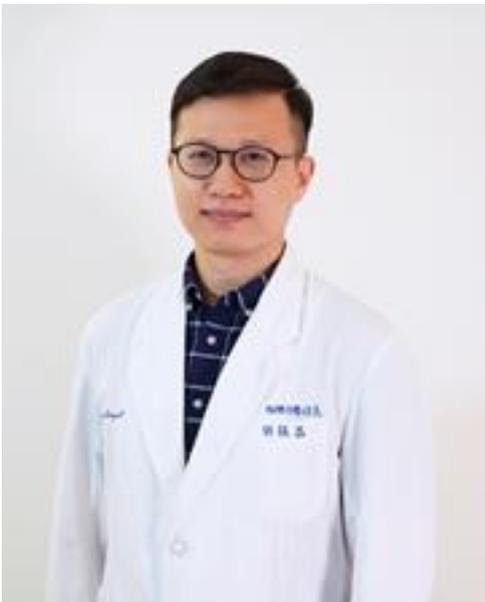
台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表

■ 2025/2/16(日)課程大綱：

時間	課程名稱	課程簡介
08:30-09:30 (60 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術的原理分析與運用技巧	課程介紹肌能系貼紮技術的核心概念，說明貼布的力學效應及其對人體組織的影響，包括疼痛緩解、血液循環改善、肌肉支持、姿勢矯正等生理效益，幫助學員在臨床應用中有效運用肌能系貼紮技術。
09:30-10:10 (40 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的整體思考 邏輯	課程介紹運動傷害發生的原因，如生理組織、動作型態及運動類型，並探討相應的貼紮介入原則，幫助學員在臨床中運用貼紮技術協助處理運動傷害並提供衛教。
10:30-12:10 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析 與應用 I	課程以實例解析常見運動傷害的原因、處理介入方式及貼紮應用，涵蓋肌肉拉傷、韌帶扭傷、關節發炎等問題，幫助學員在臨床中運用貼紮技術協助處理及衛教個案。
13:10-14:00 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的實例分析 與應用 II	課程以實例解析常見運動傷害的原因、處理介入方式及貼紮應用，涵蓋肌肉拉傷、韌帶扭傷、關節發炎等問題，幫助學員在臨床中運用貼紮技術協助處理及衛教個案。
14:10-15:50 (100 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術於運動傷害的進階思考 與探討	學習深入剖析個案的生理功能、傷害程度、恢復進程、動作控制以及期待的運動表現，整合相關治療與運動訓練的安排，建立系統性的貼紮進階應用。
16:10-17:00 (50 分鐘)	實作工作坊 I【貼紮防護】 肌能系貼紮技術的應用思維探討	課程引導學員整合肌能系貼紮技術原理與技巧，透過實際案例分析，學會觀察、評估並運用貼紮協助緩解傷害，提升運動表現。

台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表

■ 講師經歷

授課講師	學經歷說明
	<p>陳雅琳</p> <ul style="list-style-type: none">• 現職： 國立體育大學運動保健學系 系主任 國立體育大學運動保健學系 副教授• 學歷： 國立體育學院運動教練研究所 碩士• 經歷： 臺灣運動傷害防護學會 理事 臺灣運動傷害防護學會 副秘書長 112 年度全國中等學校運動會 (新竹縣) 競賽部運動防護組 111 年全國大專院校運動會醫護中心 主任 教育部補助高教深耕計畫運動保健實踐創課子計畫主持人 桃園市優秀運動選手運動科學檢測與防護支援計畫運動防護諮詢子計畫主持人 教育部體育署運動防護員認證
	<p>許穎昌</p> <ul style="list-style-type: none">• 現職： 永誠復健中心 專業暨行政副督導 肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)• 學歷： 國立臺灣大學物理治療學系 學士• 經歷： 台北市物理治療師公會 理事 永誠復健中心 物理治療組長 財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療師 臺灣肌能系貼紮學會 講師

台灣運動醫學醫學會(TASM)
第四屆運動醫學專科醫師訓練課程 課程表



宗志豪

- 現職：
杏誠復健中心 總監
中華民國物理治療師公會全國聯合會 理事
肌能系貼紮國際總會(KTAI) 認證講師(CKTI)
- 學歷：
中山醫學大學物理治療學系 學士
- 經歷：
藍海曙光集團 營運長
杏誠復健中心 行政督導
永誠復健中心 物理治療組長
2017 台北世界大學運動會 運動防護團隊執行長
臺灣肌能系貼紮學會 講師