



FAKTA O KINEZILOGICKÉM TEJPU

ELASTICKÁ TERAPEUTICKÁ PÁSKA



RockTape.cz
videonávody

Kineziologický tejp je pružná lepicí páska používaná ve sportovní medicíně a fyzioterapii k rehabilitaci zranění a podpoře pohybu

ROCKTAPE

Go stronger, longer



Aplikuje se na kůži v problematické oblasti, pro zmírnění bolesti, redukci otoků a podporu propriocepce

PRŮVODCE TEJPEM

POHYB

Tejp může zlepšit nervosvalovou kontrolu tím, že podpoří vyjasnění naší pohybové mapy v mozku

VÝDRŽ

Obvykle zůstává nalepený na místě po dobu 3-5 dnů

OTOK

Tejp může pomoci zvládnout akutní a chronické otoky

BOLEST

Bylo prokázáno, že tejp může pomoci při zmírňování akutní a chronické bolesti

POSTURA

Tejp podporuje posturu těla tím, že připomíná mozku, kde se v prostoru nachází otejpovaná část těla

Tejp podporuje stabilizaci lokálních tkání, kloubů a/nebo vazů bez omezení rozsahu pohybu.



Využití kineziologického tejpů nejprve konzultujte s Vaším lékařem nebo fyzioterapeutem.

ROCKTAPE

Go stronger, longer