

# Расписание онлайн мероприятий DOKAR

Июнь - Август 2021

дата	длительность	мероприятие	подробно	стоимость	Ограничения
с 7 июня	60 дней (30 занятий через день)	Онлайн марафон Dokar FLEX (ортопедия, тейпирование тела)	<p>Марафон в Telegram - 30 занятий через день.</p> <p>В созданной группе Telegram через день выкладывается учебная информация в текстовом, фото и видеоформатах для самостоятельного изучения. Предусмотрены онлайн тесты и видеоотчёты, персональные консультации.</p> <p><i>Тейпирование тела (позвоночник, суставы, мышцы) при травмах, боли, воспалении, для защиты и реабилитации.</i></p> <p><i>Артроз, артрит, протрузия или грыжа межпозвоночных дисков.</i></p> <p><i>Реабилитация после травм и операций.</i></p> <p><i>Коррекция осанки и плоскостопия.</i></p> <p><i>Для усиления или расслабления мышц.</i></p> <p><i>Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата.</i></p>	5 000 ₺	НЕТ
с 5 июля	60 дней (30 занятий через день)	Онлайн марафон Dokar TAPE TRAINING	<p>Марафон в Telegram - 30 занятий через день.</p> <p>В созданной группе Telegram через день выкладывается учебная информация в текстовом, фото и видеоформатах для самостоятельного изучения. Предусмотрены онлайн тесты и видеоотчёты, персональные консультации.</p> <p><i>Тейпирование для тренировки мышц:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- для увеличения эффективности тренировок (фитнес, кроссфит, улича, спорт, группы здоровья);</li> <li>- для людей, <b>не имеющих времени или желания тренироваться в фитнес клубах</b> (тренировка мышц при выполнении бытовой нагрузки (домашняя или офисная работа))</li> <li>- для людей, корректирующих вес;</li> <li>- для физически ослабленных (в результате болезни или после травм и операций);</li> <li>- для детей, в т.ч при ДЦП;</li> </ul>	5 000 ₺	НЕТ
с 12 июля	60 дней (30 занятий через день)	Онлайн марафон Dokar DENTAL-1 (стоматология)	<p>Марафон в Telegram - 30 занятий через день.</p> <p>В созданной группе Telegram через день выкладывается учебная информация в текстовом, фото и видеоформатах для самостоятельного изучения. Предусмотрены онлайн тесты и видеоотчёты, персональные консультации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Тейпирование стоматологического пациента для купирования постоперационных отёков и болевого синдрома, подготовке к процедурам, патологии ВНЧС, гипертонусе жевательных мышц и т.д.).</i></li> <li>- <i>Тейпирование пациента для облегчения переносимости им процедуры (расслабление ЖМ, ШВЗ, улучшение носового дыхания).</i></li> <li>- <i>Тейпирование Доктора для улучшения условий его работы (при утомлении ШВЗ, спицы, поясницы, рук).</i></li> <li>- <i>Дополнительное тейпирование для пациентов (офисный синдром, поясница, сутулость и т.д.).</i></li> </ul>	5 000 ₺	Только для стоматологов
с 9 августа	60 дней (30 занятий через день)	Онлайн марафон Dokar WOMAN	<p>Марафон в Telegram - 30 занятий через день.</p> <p>В созданной группе Telegram через день выкладывается учебная информация в текстовом, фото и видеоформатах для самостоятельного изучения. Предусмотрены онлайн тесты и видеоотчёты, персональные консультации.</p> <p><b>Тейпирование для женского здоровья:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Тейпирование лица - коррекция морщин и лифтинг;</i></li> <li>- <i>Тейпирование тела - коррекция бёдер и ягодиц;</i></li> <li>- <i>Тейпирование при беременности;</i></li> <li>- <i>Тейпирование после родов;</i></li> <li>- <i>Тейпирование - коррекция стопы и осанки;</i></li> <li>- <i>Тейпирование - офисного синдрома;</i></li> </ul>	5 000 ₺	НЕТ