

## OBF Japan Labs

### Fundamental Topics of Pregnancy & Postpartum Physical Therapy Lab

Instructors: Susan Giglio & Julia Monie

#### Day 1, Friday, February 23, 2024 (START @9:30 AM)

| Start             | End      | H:MM |                  |
|-------------------|----------|------|------------------|
| OBF Lab Course #1 |          |      |                  |
| 09:15 am          | 09:30 am |      | 受付               |
| 09:30 am          | 09:45 am | 0:15 | イントロダクション        |
| 09:45 am          | 11:30 am | 1:45 | #1 腰椎の検査         |
| 11:30 am          | 11:45 am |      | 休憩               |
| 11:45 am          | 12:45 pm | 1:00 | #1 腰椎と骨盤帯の検査     |
| 12:45 pm          | 01:45 pm | 1:00 | #2 股関節の検査        |
| 1:45 pm           | 02:45 pm |      | 休憩60分            |
| 02:45 pm          | 04:15 pm | 1:30 | #3 局所筋の検査とトレーニング |
| 04:15 pm          | 04:45 pm | 0:30 | #4 DRAアセスメント     |
| 04:45 pm          | 05:00 pm |      | 休憩               |
| 05:00 pm          | 06:00 pm | 1:00 | #4 DRAエクササイズ     |
| 06:00 pm          | 06:45 pm | 0:45 | #5 統合的な運動ラボパート1  |
| 06:45 pm          | 07:00 pm | 0:15 | 質疑応答/復習          |
|                   |          | 8:00 |                  |

#### Day 2, Saturday, February 24, 2024 (START @8:30 AM)

| Start    | End      | H:MM |                       |
|----------|----------|------|-----------------------|
| 08:15 am | 08:30 am |      | 受付                    |
| 08:30 am | 08:45 am | 0:15 | 前日の質疑応答               |
| 08:45 am | 10:00 am | 1:15 | #5 統合的な運動ラボパート2       |
| 10:00 am | 11:00 am | 1:00 | #6 瘢痕の検査と軟部組織への介入     |
| 11:00 am | 11:15 am |      | 休憩                    |
| 11:15 am | 12:30 pm | 1:15 | #7 妊娠中と妊娠後のバイオメカニクス戦略 |
| 12:30 pm | 12:45 pm | 0:15 | 質疑応答                  |
|          |          | 4:00 |                       |

|          |          |                                            |
|----------|----------|--------------------------------------------|
| 12:45 pm | 01:45 pm | LUNCH BREAK / Switch to second lab session |
|----------|----------|--------------------------------------------|

| OBF Lab Course #2 |          |      |              |
|-------------------|----------|------|--------------|
| Start             | End      | H:MM |              |
| 01:30 pm          | 01:45 pm |      | 受付           |
| 01:45 pm          | 02:00 pm | 0:15 | イントロダクション    |
| 02:00 pm          | 03:45 pm | 1:45 | #1 腰椎の検査     |
| 03:45 pm          | 04:00 pm |      | 休憩           |
| 04:00 pm          | 05:00 pm | 1:00 | #1 腰椎と骨盤帯の検査 |
| 05:00 pm          | 06:00 pm | 1:00 | #2 股関節の検査    |
|                   |          | 4:00 |              |

#### Day 3, Sunday, February 25, 2024 (START @8:30 AM)

|          |          |      |                       |
|----------|----------|------|-----------------------|
| 08:15 am | 08:30 am |      | 受付                    |
| 08:30 am | 09:00 am | 0:30 | 初日の質疑応答               |
| 09:00 am | 10:30 am | 1:30 | #3 局所筋の検査とトレーニング      |
| 10:30 am | 10:45 am |      | 休憩                    |
| 10:45 am | 12:15 pm | 1:30 | #4 DRAアセスメントとエクササイズ   |
| 12:15 pm | 1:15 pm  |      | 休憩60分                 |
| 01:15 pm | 03:15 pm | 2:00 | #5 統合的な運動             |
| 03:15 pm | 03:30 pm |      | 休憩                    |
| 03:30 pm | 04:30 pm | 1:00 | #6 瘢痕の検査と軟部組織への介入     |
| 04:30 pm | 05:45 pm | 1:15 | #7 妊娠中と妊娠後のバイオメカニクス戦略 |
| 05:45 pm | 06:00 pm | 0:15 | 質疑応答                  |
|          |          | 8:00 |                       |