

FLOSSING

LJUBLJANA,
20. SEPTEMBER 2025

Edini termin v tej sezoni!

15 % POPUST

Kaj je Flossing

Flossing tehnika je **nova terapevtska metoda**, pri kateri uporabljamo **elastične gumijaste trakove**, ki jih ovijamo okoli **okončin**.

Flossing **kombiniramo** z različnimi ročnimi tehnikami.

Zdravljenje s Flossingom



Elastični trak ovijemo okoli okončin, kar ustvari **kompresijo**. Trak odstranimo po nekaj minutah, medtem pa izvajamo **različne ročne tehnike glede na indikacijo**, in skupaj s pacientom izvajamo **aktivne ali pasivne gibe**.

Delovanje elastičnih trakov

Elastični trak pospeši **regeneracijo tkiva**. Takoj je opazen **povečan obseg gibanja** ter **zmanjšanje bolečine**. Močno se poveča tudi **pretok krvi** in **absorpcija nakičenih presnovnih produktov iz tkiva**.

Elastični trak **deluje takoj**. Zlasti učinkuje **pri nategih tetiv, izvinih, oteklinah, sindromu boleče rame, karpalnem kanalu, rupturi mišic, poškodbah vezi, teniškem in golfskem komolcu itd.**

Kaj dobite?

- **Znanje in praktične veščine,**
- **certifikat,**
- **odlično delovno gradivo,**
- **popuste,**
- **brezplačno** utrjevanje znanja v naših prostorih **tudi po koncu tečaja,**
- **najvišjo kakovost** po zmerni ceni,
- **darilo** na koncu tečaja!



Predavatelj na tečaju



Mag. Miha Krevs, magister kineziologije, diplomant Akademije za manualno terapijo.

Svojo terapevtsko pot je začel na Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani, kjer je diplomiral iz kineziologije, nato pa leta 2023 uspešno zaključil magistrski študij kineziologije. Vzporedno je obiskoval tudi Akademijo za manualno terapijo v Ljubljani.

Do leta 2024 je deloval kot fizioterapevt v Rokometnem klubu Krim Mercator, kjer je bil odgovoren za regeneracijo, pripravo in rehabilitacijo igralk prve ekipe, sodeloval pa je tudi s slovensko žensko rokometno reprezentanco, s katero je bil del strokovne ekipe na Evropskem prvenstvu 2022, Svetovnem prvenstvu 2023, Evropskem prvenstvu 2024 ter Olimpijskih igrah v Parizu leta 2024.

Strokovno znanje je nadgrajeval z dodatnimi izobraževanji iz Ergon IASTM tehnike, Active Tape metode ter športne masaže.

Od leta 2023 ima v Ljubljani svojo ordinacijo, kjer izvaja manualne terapije in rehabilitacije. Pri svojem delu se osredotoča na individualizirano obravnavo posameznika, s posebnim poudarkom na iskanju vzrokov za težave, ne zgolj odpravljanju simptomov.

Program tečaja

Teoretični del (20 %):

- uvod v terapijo;
- lastnosti elastičnih trakov;
- fiziologija delovanja flossinga;
- indikacije in kontraindikacije;
- načini delovanja in učinki uporabe;
- področja uporabe in tehnike;
- kombiniranje z drugimi manualnimi tehnikami.

Praktični del (80 %):

- izvajanje flossinga.

Udeleženci tečaja se med seboj izmenjujejo, tako da je vsak udeleženec v vlogi stranke in vlogi terapevta.

Certifikat



Po uspešno zaključenem izobraževanju boste prejeli **certifikat**, ki potrjuje vašo usposobljenost in lahko izboljša vaše karijerne možnosti, saj vam omogoča **zaposlitev** v kozmetičnih in masažnih salonih, zdraviliščih, hotelih, fitness centrih, na tujih potniških ladjah, v športnih klubih itd.

Datum in kraj tečaja

Tečaj bo potekal v **1 modulu (1 vikend)**:

- sobota, 20. september 2025, od 9. do 15. ure.



Po tečaju bodo vsako sredo med 12. in 18.30 uro **samostojne in neobvezne vaje**.

Tečaj in vaje bodo potekali **v naših učilnicah na Ptujski ulici 19 v Ljubljani** (Bežigrad, srednji vhod).

Pred stavbo je dovolj brezplačnih parkirnih mest. Opis poti z avtomobilom in avtobusom iz različnih smeri si oglejte na **www.higeja.si** v rubriki **Ostalo, Kako do nas**.

Oprema na tečaju

Na tečaj pridite v udobni obleki ali trenirki, s seboj prinesite natikače, rjuho, brisačo, zvezek, svinčnik in malico. Med odmori vam bodo na voljo sveže sadje in prigrizki, v pritličju stavbe je tudi avtomat.

Tečaj po ugodni ceni



Redna cena tečaja je **207 €**. Ker bo ta tečaj letos prvič, ponujamo zanj **15 % popust**. Cena tako znaša **175,95 €**.

V ceno so všteti:

- prijavnina,
- učbenik,
- delovni material,
- certifikat,
- sveže sadje in prigrizki
- 22 % DDV.

Na tečaju prejmete **darilo** (flossing trakove).



POPUSTI:

- **15 %** na ceno za **ta termin**.

Drugi popusti: **10 %** ob nakupu **vrhunskih masažnih miz Sofia** v trgovini Galen.

Tečaj, plačan v celoti ali delno, je lahko tudi **lepo darilo**. Razveselite svoje bližnje!



Način plačevanja tečaja

1. PRIJAVNINA

Ker je število udeležencev omejeno, upoštevamo prijavo na tečaj šele takrat, ko vplačate **prijavnino**. S tem **rezervirate svoje mesto** na tečaju.

Prijavnino je treba poravnati **do roka prijave oz. do zasedbe mest**. **Pred vplačilom nas obvezno pokličite, da preverimo, če je še kakšno prosto mesto.**

Prijavnine ne vračamo. Če se izbranega tečaja ne morete udeležiti, lahko vplačani znesek uporabite **kadar koli za kateri koli tečaj**, če nas o neudeležbi **pisno** obvestite vsaj 3 dni pred začetkom tečaja, v primeru bolezni (dokazovati z zdravniškim potrdilom!) pa najpozneje 1 dan pred začetkom tečaja.

Prijavnina znaša 100 € in se poravnava na transakcijski račun podjetja Higeja d.o.o., Ptujška 19, 1000 Ljubljana, št. **SI56 0400 0027 8859 421**, sklic na številko 00 22.

Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj.

2. KONČNO PLAČILO

Po vplačilu prijavnine preostali znesek poravnajte na transakcijski račun Higeje **do začetka tečaja**. Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj.

Možno je tudi gotovinsko plačilo ob prihodu na tečaj.

Zakaj se udeležiti tečaja? Ker ...

1. smo **zaupanja vredni**, saj smo vodilni na tem področju ter imamo *tradicijo, znanje in izkušnje*, smo pa tudi **registrirani izvajalec za NPK** maser in NPK refleksoterapevt **z uradnim pooblastilom** Ministrstva za delo;
2. vodi tečaj **Miha Krevs**, mag. kineziologije, z bogatim teoretičnim in praktičnim znanjem na področju manualnih terapij;
3. boste pridobili **znanje in praktične veščine**, ki jih lahko **takoj** uporabite v praksi;
4. boste prejeli **odlično delovno gradivo** in **certifikat**, ki potrjuje vašo usposobljenost in lahko izboljša vaše karijerne možnosti;
5. program vključuje **veliko praktičnega dela**;
6. so elastični trakovi **zanesljivo učinkoviti**, **le polagati jih je treba znati**;
7. je v svetu flossing vse bolj priljubljen, saj **terapevt hitro in preprosto odpravi bolečine** svojemu pacientu;
8. so lahko vsakemu terapevtu oz. maserju, ki pri svojem delu uporablja terapevtske oz. masažne tehnike, elastični trakovi dobrodošel **pripomoček, ki uspešno dopolni njihovo osnovno prakso**;
9. boste lahko **domačim, prijateljem in sebi** olajšali, velikokrat pa tudi povsem odpravili bolečino;
10. skrbimo za vas tudi po koncu tečaja, saj sta vam na voljo **pomoč strokovnjakov in neomejena vadba** v naših prostorih ob uporabi naših masažnih miz, olj, brisač ipd. – vse brezplačno;
11. ponujamo za **ta termin 15 % popust**;
12. dobite **darilo**;
13. je to **edini termin** v tem šolskem letu!



Postopek in roki prijave

Če se za tečaj odločite, **izpolnite prijavnico**, nam jo pošljite in **vplačajte prijavnino**.

Prijavnico lahko izpolnite tudi na spletni strani **www.higeja.si** v rubriki **Tečaj Flossinga** in nam jo izpolnjeno pošljete na **info@higeja.si**.

Rok prijave na tečaj je **18. september 2025**.

Kontakti

Sedež in pisarna Higeje:
PTUJSKA ULICA 19, LJUBLJANA

Tečaj Flossinga izvajamo:
v naših učilnicah na Ptujski 19 v Ljubljani

Telefon: **01 / 54 63 201**
GSM: **041 / 540 942**

E-pošta za informacije in vpis:
info@higeja.si

Transakcijski račun pri OTP banki:
SI56 0400 0027 8859 421

WWW.HIGEJA.SI



www.facebook.com/higeja



[higeja.si](https://www.instagram.com/higeja.si)

Veselimo se srečanja z vami!

Pred besedo je bil dotik.

