

【2026 台灣醫學矯治核心課程】

(Medical Orthopractics and Realignment Strategies, MORS)

MORS-C2 講題：動作系統損傷之動作模式矯正與功能訓練

(Movement Patterns Correction and Functional Training
for Movement System Impairments)

【課程說明】

許多臨床研究已經證實個案若身體有勞損或缺乏鍛練，就會產生異常或代償動作模式，更取巧或更費力去執行動作，即控制失調(Clinical Instability/Control Dysfunction)，這卻常造成更多身體其他部位痠痛、保護性收縮及筋骨負重力線偏歪等後遺症。這是物理治療專業異於運動防護員或肌力體能訓練師所重視的課題。

本次課程將深入探討人體中軸主要部位包括髖-骨盆-腰椎-頸椎-肩帶不當的動作模式與病人症狀的關聯性。以「全身整體性」為出發點篩檢個案身體不對稱的動作關鍵點，配合姿勢評估與動作分析，策略性地分類異常動作模式或控制失調的部位，並介紹如何進行矯正運動與功能訓練。

本次課程榮幸邀請到舜復脊足健康醫學團隊總顧問，同時也是易康脊足體態物理治療所院長兼主治療師宋宏謙，從科學基礎、功能評估到治療訓練逐一解說，引領大家一窺堂奧，以提昇醫學矯治策略(Medical Orthopractics and Realignment Strategies, MORS)執行的水準。

課程包括演講與實作，請參加學員穿著適當寬鬆衣物，以利相互間的手法練習。。

【課程目標】

1. 深入探討人體中軸主要部位包括髖-骨盆-腰椎-頸椎-肩帶不當的動作策略與病人症狀的關聯性，動作控制失調症候群的定義認知與後遺症
2. 介紹動作功能化基礎:胸肋空間腹內壓維持、脊柱中軸穩定與控制
3. 探討運動矯治原則，應聚焦於任務取向，發展肌動學，與專項運動前身體身心動作素質培養三大原則，領會功能性訓練的完整內涵。

【主辦單位】 社團法人臺灣海峽兩岸醫事交流協會

【承辦單位】 舜復脊足健康醫學團隊

【學分認證】 臺灣物理治療學會專業積分 16 點（申請中）

【課程表】

第一天 115 年 10 月 17 日(星期六)		
時 間	題 目	講 師
08:30~09:00	Registration 報到	工作人員
09:00~09:50	Introduction to Human Movement System 人體動作系統簡介	宋宏謙 顧問/ 主治療師
09:50~10:40	Update Concepts Underlying Movement System Impairment Syndromes 人替動作系統的嶄新觀念	宋宏謙 顧問/ 主治療師
10:40~11:00	Break	工作人員
11:00~11:50	Assessing for Postural disorders and Musculoskeletal Dysfunction 評估姿勢障礙與肌肉骨骼功能失調	宋宏謙 顧問/ 主治療師
11:50~12:40	Assessing for Movement System Impairments 評估動作系統損傷	宋宏謙 顧問/ 主治療師
12:40~13:40	Lunch(on own)	工作人員
13:40~14:30	The Approaches in Core Training 核心訓練方法	宋宏謙 顧問/ 主治療師
14:30~15:20	Understanding the Hips and Foundation Training 了解髖部與基礎式訓練	宋宏謙 顧問/ 主治療師
15:20~15:40	Break	工作人員
15:40~16:30	Practicing the Hips and Foundation Training 實作髖部與基礎式訓練	宋宏謙 顧問/ 主治療師
16:30~17:20	Corrective Exercise for Lumbar-Pelvic-Hip Complex Impairments 腰薦髖帶損傷之矯正性運動	宋宏謙 顧問/ 主治療師
17:20~	Conclusion of course/Questions & answers 結論/問與答	宋宏謙 顧問/ 主治療師

第二天 115 年 10 月 18 日(星期日)		
時 間	題 目	講 師
08:30~09:00	Registration 報到	工作人員
09:00~09:50	Corrective Exercise for Lumbar-Pelvic-Hip Complex Impairments(Cont.) 腰薦髖帶損傷之矯正性運動(續)	宋宏謙 顧問 /主治療師
09:50~10:40	Biopsychosocial Classifications of Chronic Low Back Pain 慢性下背痛之生物心理社會分類	宋宏謙 顧問 /主治療師
10:40~11:00	Break	工作人員
11:00~11:50	Corrective Exercise for Lower Quarter Region Impairments 下盤區損傷之矯正性運動	宋宏謙 顧問 /主治療師
11:50~12:40	Clinical Rationales behind Exercise for Glenohumeral and Scapulothoracic Musculature 盂肱與肩胛胸椎肌肉運動背後的臨床學理	宋宏謙 顧問 /主治療師
12:40~13:50	Lunch	工作人員
13:50~14:40	The Corrective Exercise Continuum: Inhibitory, Lengthening, Activation and Integration 矯正性運動連續體:抑制、延長、激活與整合	宋宏謙 顧問 /主治療師
14:40~15:30	Corrective Exercise for Scapulothoracic Region Impairments 肩胛胸椎區損傷之矯正性運動	宋宏謙 顧問 /主治療師
15:30~15:50	Break	工作人員
15:50~16:40	Corrective Exercise for Scapulothoracic Region Impairments (Cont.) 肩胛胸椎區損傷之矯正性運動(續)	宋宏謙 顧問 /主治療師
16:40~17:30	Corrective Exercise for Cervical Impairments 頸部損傷之矯正性運動	宋宏謙 顧問 /主治療師
17:30~17:40	Conclusion of course/Questions & answers 結論/問與答	宋宏謙 顧問 /主治療師

【講師簡介】

宋宏謙 總顧問兼主治療師

學經歷：

國立臺灣大學醫學院物理治療學士

臺灣脊骨矯治醫學會脊骨矯治技術核心課程種子班結業

臺灣物理治療學會審定 主治療師

易康脊足體態物理治療所 院長兼主治療師

現任：

台北維醫(整合醫學型)診所 物理治療技術長

舜復脊足健康醫學團隊 發展總監/總顧問

臺灣物理治療學會 理事

繼續教育委員會/臨床專科(肌骨專家認證小組) 委員會

【上課日期】

115年10月17日(六) 08點30分至17點30分(9:00上課)

115年10月18日(日) 08點30分至17點30分

【上課地點】 舜復脊足健康醫學專業產業培訓教室

臺北市信義區大道路49巷6號一樓(近捷運後山埤站2號出口)

【學員名額】 每堂課上限人數 22 名。

僅限中西醫骨(傷)科醫師、復健醫師、物理治療師等筋骨醫學醫事人員才能報名

【課程費用】本課程採轉帳匯款完成與 google 報名表單填送，兩步驟報名流程。

※ 即日起開放 B 加 C 模組 B1~C3 六堂課合報與 B 模組 B1~B3 三堂課合報；

單堂自 115 年 5 月 15 日開放報名

◇ 單堂課原價 10,000 元

報名截止日：115 年 10 月 9 日截止或額滿為止

◇ B1, B2, B3 各單堂課早鳥優惠價皆為 9,500 元

早鳥截止日：115 年 6 月 5 日截止或額滿為止

◇ B 模組報名 3 堂優惠價為 27,000 元

模組報名截止日：115 年 5 月 14 日截止或額滿為止

◇ B 模組兩人團報報名 3 堂優惠價為 51,000 元

模組報名截止日：115 年 5 月 14 日截止或額滿為止

◇ B 加 C 模組報名 6 堂優惠價為 50,000 元

模組報名截止日：115 年 5 月 14 日截止或額滿為止

※ B 加 C 模組 B1~C3 六堂課合報享有最佳優惠，單堂課換算只要 8,333 元，共 50,000 元。

◇ 即日起於報名時限內，勾選 B 加 C 模組的所有課程，即可享有該模組課程報名最佳優惠。

※ 舊生回訓優惠說明：

本課程每次提供數名上過同堂課的舊生以原價之半價報名回訓之機會。意者請 mail 至 sfhealth2012@gmail.com 洽詢。並請提供姓名、聯絡方式、上過/想回訓哪堂課等資訊，我們將盡速與您聯繫。

※本堂課報名截止日：115 年 10 月 9 日止，額滿即提前停止招生。

【報名方式】

1. 報名採先匯款轉帳，再填 GOOGLE 報名表。報名表填送完成才算報名完成 <https://forms.gle/ZLwTZBq3q8USHJrn9>
2. 轉帳/匯款資訊：
臺灣企銀(050) 土城分行
戶名：舜復健康事業有限公司
帳戶：142 12 17635 5
3. 辦課單位保有取消或調整課程舉辦日期之權利。
4. 開課日期如遇颱風警報為停止上班之地區即取消該場課程，本會擇期舉辦或取消之訊息，請依網站公告為主。網站：<http://www.spinefoot.com.tw>

【其他說明】

1. 繳費後收據請於當天現場簽到處領取
2. 於課程報名若有任何問題，可於「舜復脊足健康醫學團隊」FB 臉書私訊或 mail 至 sfhealth2012@mail.com 洽詢。亦可請來電詢問舜復辦公室 02-87321550 洽導師或助理 詢問
3. 學員完成報名繳費後因個人因素無法上課，依下列標準退費：
 - a. 於上課日前 28 天以前提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之九成。【已繳納學費 *0.9-50=退還金額】
 - b. 於上課日前 14 至 28 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之七成。【已繳納學費

※0.7-50=退還金額】

c. 於上課日前 3 至 14 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之五成。【已繳納學費
※0.5-50=退還金額】

d. 於實際上課日前 3 日以內(含上課當天)，不接受退費(班)申請，僅能來年申請補課。

※ 上述所指上課日，若為合報 B 模組三堂或 B 加 C 六堂課程者，則為第一堂課的上課日。

【上課注意事項】

1. 當天備有午餐茶點，請學員自行準備環保水杯。
2. 如報名人數不足，本會保留取消課程之權利。每日課程分別進行簽到與簽退，需完成兩日全日課程才算完課。
3. 上課**禁止攝影**，以維護講師的權益及避免影響其他的學員聽課。

【課後服務】

※ 技術影片即時於臉書社團上線提供一個月的複習，希望幫助您掌握所有技術細節。

※ 已連續報名的模組學員邀入「矯治學討論區」FB 社團與 Line 群組，隨時可提出臨床問題並讓老師與學長姐們給您回饋。

※不定期辦理課後個案示教討論會，幫助 A, B, C 都完成的全模組學友們提昇技術細膩度與臨床應用能力

【交通資訊】

台北市大安區信義路四段 1 號 3 樓 (近捷運紅線大安站 4 號出口正對面，走路 1 分鐘)

