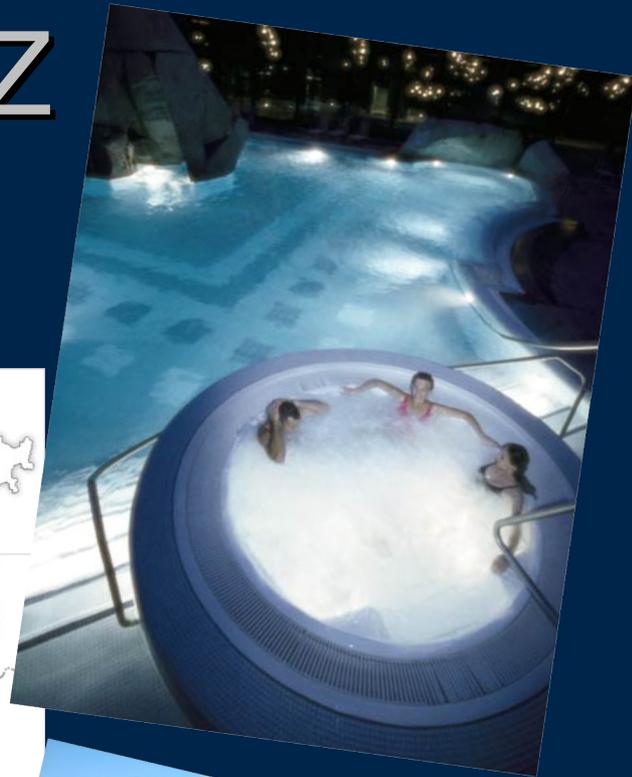


# Técnicas específicas en piscina terapéutica

**BAD RAGAZ RM**



# BAD RAGAZ



# Cronología Histórica

- Suiza-Bad Ragaz
- 1930: Baños de inmersión-Ejercicios dirigidos.
- 1955: El método Wildbaber (Alemania)
- 1957 : se muda a Bad-Ragaz
- 1965 : Se incorpora FNP
- 1973 : Wildbaber es llamado BAD RAGAZ



# Principios:

- Movimientos Tridimensionales
- Cadenas Musculares
- Gran Reclutamiento de Fibras Musculares:
  - Factores hidrodinámicos
  - Movimientos diagonales
- Fijación manual
- Estímulos diversos.



# Comparación FNP-Bad Ragaz

ITEM	FNP	BRRM
Estabilidad	Superficie	Flotadores y Terapeuta
Streching	Para Iniciar	Durante el patrón
Resistencia	Terapeuta	Factores Hidrodinámicos
Patrones	Más numerosos y diferentes e invariables	Menos patrones y pueden variar
Tipos de Contracción	Isotónicos	Isométricos Isotónicos

# Algunas características

- Resistencia y capacidad del paciente.
- Toma y estímulo.
- Comando verbal
- Irradiación de fuerzas.
- Cambios disto – proximales.



# Utilidad práctica:

## ➤ Fortalecimiento muscular:

Incrementar potencia muscular

Incrementar fuerza muscular.

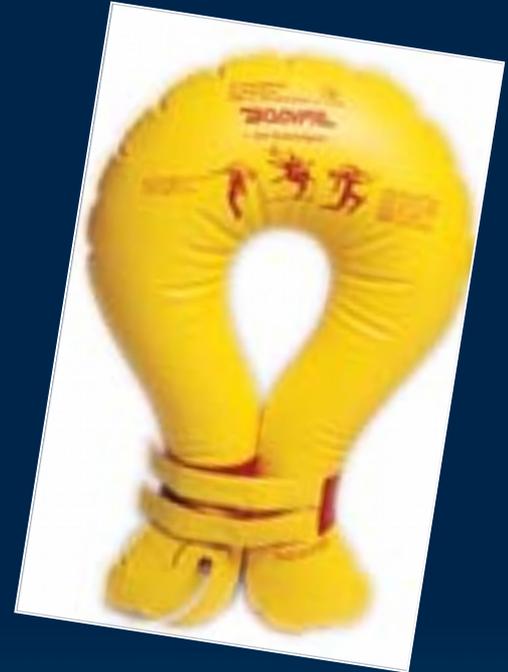
Mejorar la estabilidad dinámica.

Mantener-Aumentar AMA



# Técnica de aplicación:

- Flotación asistida: anillo cervical, pélvico, flotadores en tobillos.
- Nivel de inmersión del FT : Tg
- FT : estático – dinámico
- Tiempo de aplicación variable



# Progresión de la resistencia:

- Aumentar amplitud del movimiento
- Aumentar la velocidad
- Colocar aditamentos no hidrodinámicos
- Alargar brazo de resistencia
- Disminuir soporte.



# Técnicas específicas:

- Iniciación rítmica
- Cambios Dinámicos
- Contraer – Relajar
- Sostener – Relajar



# TÉCNICAS ESPECÍFICAS: BAD RAGAZ RM



EXT-ADD-RI flexionando ROD  
FLEX-ABD-RI ROD. extendida



EXT-ADD-RE flexionando ROD  
FLEX-ADD-RE ROD. extendida

# TÉCNICAS ESPECÍFICAS: BAD RAGAZ RM



FLEX-ABD-RE COD extendido



EXT-ABD-RI COD extendido

# TÉCNICAS ESPECÍFICAS: BAD RAGAZ RM



FLEX-INC-ROT DE TRONCO



EXT-INC-ROT DE TRONCO

# TÉCNICAS ESPECÍFICAS: BAD RAGAZ RM

