

Dynamická Neuromuskulární Stabilizace (DNS) podle Koláře

Kurz v angličtině - Intermediate Course "C"

Vyučovacích hodin: 24

Termín:

4. - 7. 6. 2026

Místo konání:

Centrum pohybové medicíny Waltrovka

Walterovo náměstí 329/2

158 00 Praha 5-Jinonice

www.cpmprk.cz/en/contact

Instruktoři:

Prof. Pavel Kolar, PaedDr, PhD

Eliska Urbarova, MPT

Julia Demekova, MPT

Veronika Nesslerova, MPT

Organizátor:

Assoc. Prof. Alena Kobesova, MD, PhD

alenamudr@me.com

**REHABILITATION
PRAGUE SCHOOL**



www.rehabps.com

Rámcový program kurzu

Day 1 Čtvrtek – 4. 6. 2026

9.00 – 12.30

Prof. Pavel Kolář, Júlia Demeková, Veronika Čmolíková

Understanding postural function as a source of movement system disturbances and pain in both the general population and athletes.

- Fundamental principles for correcting movement patterns to prevent repetitive strain injuries.
- Techniques to enhance sports performance through improved biomechanics.
- Treatment strategies and practical demonstrations.

12.30 – 13.30

Lunch.

13.30 – 17.00

Júlia Demeková, Veronika Čmolíková

- Spine formation from developmental perspective.
- Understanding the kinesiology of the movement in different developmental positions with a focus to specific spine function and areas.
- Practical workshop – assessment and treatment.

Day 2 Pátek – 5. 6. 2026

9.00 – 12.30

Júlia Demeková, Eliška Urbářová

- Pelvic Floor from developmental perspective.
- Understanding the kinesiological relationship between the diaphragm and pelvic floor.
- Typical postural disturbances and joint dysfunctions in gynecological diagnoses.
- Assessment and treatment options.

12.00 – 13.30

Lunch.

13.30 – 17.00

Petr Bitnar, Eliška Urbářová

- Vertebro-visceral relationships.
- Lecture on the application of DNS in addressing vertebro-visceral patterns in patients.
- Demonstrations of practical techniques.

Day 3 Sobota – 6. 6. 2026

9.00 – 10.30

Veronika Nasslerová, Eliška Urbářová

- Pelvic Girdle and Hip Joint.
- Phylogenetic and ontogenetic influences on the pelvic girdle and hip joint.
- Anatomical parameters from a developmental perspective.
- Common conditions affecting the pelvic girdle and hip joint: Femoroacetabular Impingement Syndrome. Arthritis.
- Pelvic Girdle and Hip Joint: Assessment and Treatment.
- DNS Assessment and Treatment for the pelvic girdle and hip joint.

12.30 – 13.30

Lunch.

13.30 – 15.00

Veronika Nasslerová, Eliška Urbářová

Workshop and patient demonstration.

15.00 – 15.30

Break.

15.30 – 17.00

Veronika Nasslerová, Eliška Urbářová

- DNS Flow: Group Exercise in Developmental Positions.
- Exploring undifferentiated positions as a foundational exercise.
- Practice of ipsilateral and contralateral pattern transitions to enhance coordination and mobility.
- Incorporating forward and backward movements within the exercise sequences.

Day 4 Neděle – 7. 6. 2026

9.00 – 12.30

Veronika Nasslerová, Eliška Urbářová

- Shoulder Girdle.
- Phylogenetic and ontogenetic influences on the shoulder girdle.
- Anatomical parameters from a developmental perspective.
- Common Shoulder Girdle Disorders: Hemiplegic Shoulder, Frozen Shoulder, Impingement Syndrome, SLAP Lesion.
- Shoulder girdle: Assessment and Treatment.
- DNS Assessment and Treatment for the shoulder girdle.

12.30 – 13.30

Break.

12.30 – 15.00

Veronika Nasslerová, Eliška Urbářová

Workshop and patient demonstration.

Další informace najdete na straně kurzu: https://www.rehabps.cz/rehab/course.php?c_id=4056

- Větší část kurzu je praktická: s sebou nutný úbor vhodný pro praktické cvičení.
- Prosíme každého účastníka, aby si přinesl vlastní osušku, která poslouží jako podložení pod hlavu při nácviku některých poloh a jako vlastní povrch na lehátko či podlahu, eventuelně malou neklouzavou cvičební podložku nebo jógamatku.
- Oběd si zajišťuje každý sám.

Informace o kurzu

DNS courses offered in Prague are unique:

- Greater number of highly skilled DNS instructors involved in teaching and lab sessions: all workshops are conducted in small groups with numerous instructors
- Real patients' demonstration: demonstrations of clinical functional assessment and treatment of neurological patients (MS, stroke, muscle dystrophy, spinal lesion, etc.), orthopedic patients (scoliosis, hip and shoulder issues, etc.) as well as pediatric patients (CP, CCD and healthy infants).

Specialized topics presented by expert clinicians:

- DNS FIT KID Program, woman's health, DNS application in athletic population, pediatric topics, vertebro-visceral relationships, patient education using original DNS animations and more.

Hope to see you in Prague!

- Starting in 2015, courses B and C are typically 3-day courses. However, if you take these courses in Prague, they are 4-day courses. This is because we can cover so many more topics and go into much more detail during presentations and lab time as many DNS certified instructors participate in the courses in Prague and we recruit our own patients for numerous live demonstrations. Your trip to Prague will be worthwhile!
- Prague courses are international courses! You will meet colleagues from the same or similar profession from different countries and continents! The international networking during and after the course is very inspiring and entertaining!
- Prague is a beautiful historical city with many restaurants, concerts, museums, bars, pubs that are vital to experiencing true European atmosphere and culture. Come experience why Prague is considered the most beautiful city in Europe!

Na konci kurzu každý účastník obdrží certifikát za účast na kurzu.

REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



Certifikát o účasti

JMÉNO ÚČASTNÍKA

Jana Nováková

SE ZÚČASTNIL(A) ODBORNÉHO KURZU

DYNAMICKÁ NEUROMUSKULÁRNÍ STABILIZACE PODLE KOLÁŘE, KONCEPT ZALOŽENÝ NA VÝVOJOVÉ KINEZILOGII

*Za pasívnu účasť na akcii č. 13/2011 SKF sú priznané 12 kreditných bodov
podľa vyhlášky MZ SR č. 366/2005 Z.z.vyššie menovanému účastníkovi*

ÚROVEŇ: **C**

MÍSTO KONÁNÍ: **Prague**

DATUM: **4. - 7. 6. 2026**

Prof. Pavel Kolar, PaedDr, PhD

Eliska Urbarova, MPT



Po úspěšném složení testu bude účastníkovi automaticky emailem zaslán DNS Certifikát dosažení úrovně C.

REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



Certifikát dosažení úrovně DNS „C“

JMÉNO ÚČASTNÍKA

Jana Nováková

SE ZÚČASTNIL(A) ODBORNÉHO KURZU A ÚSPĚŠNĚ SLOŽIL(A) TEST

DYNAMICKÁ NEUROMUSKULÁRNÍ STABILIZACE PODLE KOLÁŘE, KONCEPT ZALOŽENÝ NA VÝVOJOVÉ KINEZIOLOGII

ÚROVEŇ: C

MÍSTO KONÁNÍ: **Prague**

DATUM: **4. - 7. 6. 2026**

SLOŽENÍ TESTU: **20. července 2026**

MUDr. Alena Kobesová, Ph.D.



Rehabilitation Prague School reg.No.
15PS0 / CACHC 9747

www.rehabps.com

Účastníci, kteří absolvovali všechny tři části DNS kurzů A-C a mají minimálně 2 roky praxe, tj. minimálně dva roky od absolvování prvního (jakéhokoliv) DNS kurzu, a mají úspěšně splněné testy A-C, se mohou přihlásit na závěrečný kurz D. Po úspěšném složení praktické zkoušky bude účastníkovi udělen diplom DNS certifikovaného terapeuta. Zájemci mohou být uvedeni po získání závěrečného diplomu na [seznamu certifikovaných DNS terapeutů](#) na webových stránkách Pražské školy za poplatek 500 Kč na neomezenou dobu (s možností aktualizace osobních dat kdykoliv prostřednictvím přiděleného individuálního kódu). Pro dlouhodobé uznání titulu Certifikovaného DNS terapeuta je nutné absolvovat v budoucnu alespoň jeden DNS kurz za pět let.

REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



UDĚLUJE

DIPLOM ***Certifikovaného DNS Terapeuta***

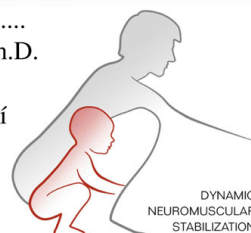
Jana Nováková

JMENOVANÝ(Á) ÚSPĚŠNĚ SPLNIL(A) VŠECHNY PŘEDEPSANÉ TESTY
A PROKÁZAL(A) DOSTATEČNOU ÚROVEŇ TEORETICKÝCH ZNALOSTÍ
I PRAKTICKÝCH DOVEDNOSTÍ PŘI DIAGNOSTICKÉ
A TERAPEUTICKÉ APLIKACI PRINCIPŮ

Dynamické Neuromuskulární Stabilizace

Leden, 2015

Prof. PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D.
Klinika rehabilitace
a tělovýchovného lékařství
2. LF UK a FN Motol
Praha, Česká republika



DYNAMIC
NEUROMUSCULAR
STABILIZATION
DNS
Motor Control for Life

Instruktoři kurzu:



Eliška Urbarová, MPT

Eliška Urbářová úspěšně ukončila studium fyzioterapie na Fakultě tělesné kultury University Palackého v Olomouci, kde v roce 2011 získal titul Mgr. V roce 2008 absolvovala Erasmus program na Univerzity of Applied Science v Lahti. V roce 2011 nastoupila do FN Motol jako fyzioterapeut na ambulantní a lůžkovou část Kliniky rehabilitace, podílela se také na výuce studentů fyzioterapie.

Eliška pracuje s dospělými i dětskými pacienty, ale také se sportovci. Ve své práci využívá svého bohatého vzdělání z řady odborných rehabilitačních kurzů jak např. Kurz Aerobiku, Aerobik pro děti, Stretch a Overball kurz, Chi-toning a Bosu kurz, Medical taping concept, Forma, funkce a stabilizace podle Kláry Lewitové, Globální reciproční inhibice podle Petra Bitnara, reflexní lokomoce profesora Vojty aj.

Od roku 2012 působí intenzivně jako lektor DNS konceptu v České republice i v zahraničí. Podílí se na rozvoji konceptu [DNS FIT KID](#). Je autorkou [DNS cvičebníčku](#).



Julia Demekova, MPT

Júlia vystudovala magisterské studium fyzioterapie v roce 2007 na Fakultě tělesné kultury v Olomouci. Od roku 2009 pracuje na Klinice rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2.LF UK a FN Motol, má zkušenosti s klienty na ambulantní i lůžkové části rehabilitace i na Spinální jednotce. Mgr. Demeková pečuje o dospělé pacienty, ale také o dětské pacienty a sportující mládež. Působí jako odborný výukový asistent na 2. LF UK, podílí se na teoretické a praktické výuce fyzioterapeutů a mediků v českém i anglickém jazyce.

Ve svém postgraduálním vzdělávání absolvovala řadu odborných kurzů, zejména: Diagnostika a terapie funkčních poruch pohybového systému (2007), S-E-T koncept (2009), Senzomotorická stimulace (2010), Medical Taping Concept (2010), Klappovo lezení (2011), Vojtova reflexní lokomoce pro dětské pacienty (2014), Fasciální jóga (2018), Fasciální Manipulace podle Stecca I-III (2020).

Školení DNS v pozici certifikovaného instruktora se Júlia věnuje od roku 2010, a to jak v ČR, tak zahraničí. Júlia pochází ze Slovenska, žije a pracuje v Praze. Je univerzální DNS instruktorkou která vyučuje klinické, sportovní i pediatricky zaměřené DNS kurzy.



Veronika Nesslerova, MPT

Veronika získala v roce 2007 magisterský titul v oboru fyzioterapie na FTVS UK v Praze. V letech 2006 až 2014 pracovala v soukromém Rehabilitačním centru Monáda v Praze. Zde pracovala na lůžkovém i ambulantním oddělení, se zaměřením na léčbu pacientů s různými neurologickými, muskuloskeletálními a ortopedickými diagnózami i na dětskou populaci. Několik let působila jako přednášející na katedře tělesné výchovy a sportu (FTVS UK).

V roce 2011 absolvovala kurz Vojtovy reflexní lokomoce, v roce 2013 kurz odborné kineziologie zaměřený na funkční hodnocení a léčbu pacientů s poraněním míchy. Studovala také aplikaci akupresury u neurologických, ortopedických a muskuloskeletálních poruch.

Veronika absolvovala kurz Klappova lezení, které specificky využívá pro léčbu dětí a mladých pacientů se skoliózou. V posledních letech se věnuje studiu fasciálních manipulací dle Stecco.

Od února 2015 pracuje Centru pohybové medicíny profesora Koláře v Praze. Od roku 2015 vyučuje kurzy DNS na mezinárodní úrovni. Vyučuje širokou škálu DNS kurzů, od kurzů klinických přes kurzy sportovní a specificky zaměřené kurzy, např. DNS aplikace u neurologických pacientů a DNS ve funkční diagnostice a terapii skolióz. Podílí se na vývoji edukačních videomateriálů.

Autor DNS konceptu



Prof. Pavel Kolář, PaedDr, PhD

Profesor PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D. se narodil v Praze v roce 1963. Od dětství se aktivně věnoval sportovní gymnastice, v roce 1987 úspěšně absolvoval Fakultu tělesné výchovy a sportu UK. Od začátku své profesní kariéry fyzioterapeuta se zaměřoval na problematiku funkční diagnostiky a terapie pohybové soustavy z pohledu vývojové kineziologie. Velmi úzce spolupracoval zejména s profesorem Václavem Vojtou, jehož způsob vyšetření dětí prostřednictvím hodnocení kvality spontánní motoriky, posturálních reakcí a primitivních reflexů i terapeutický princip reflexní lokomoce profesora Koláře zásadně ovlivnil. Z hlediska aplikace mobilizačních technik a komplexního pohledu na patologii pohybové soustavy profesora Koláře významně inspirovala svými originálními technikami též paní Ludmila Mojžíšová. Osobní rozsáhlá zkušenost se sportem, sportovní nadání i mimořádná schopnost pohyb si dokonale představit, na vlastním těle uvědomit a interpretovat ho ve vztahu ke sportovnímu výkonu i k bolestivým syndromům pohybové soustavy nasměrovaly profesionální kariéru Pavla Koláře. Velmi úzce spolupracoval vždy se sportovci nejrůznějšího sportovního zaměření, současně se ale též od počátku své kariéry věnuje problematice dětí s dětskou mozkovou obrnou a dalšími neuro-vývojovými poruchami. Je členem mezioborové pracovní skupiny [NORA](#) která se zabývá komplexní diagnostikou a terapií jedinců trpících dětskou mozkovou obrnou. Tyto dvě, na první pohled vzdálené, ale ve skutečnosti velmi blízké a vzájemně se prolínající témata, zůstávají těžištěm práce profesora Koláře dodnes.

V roce 1997 Pavel Kolář úspěšně obhájil habilitační práci na téma „Senzomotorická diagnostika u bolestí zad a kořenových syndromů L5 a S1“ a závěrečnou přednáškou na téma „Vývojová kineziologie ve funkční diagnostice hybných poruch“ získal titul docent na FTVS UK. V roce 2007 zakončil postgraduální studium na 2. LF UK v oboru Fyziologie a patofyziologie člověka a získal titul Ph.D. na základě úspěšně obhájené práce na téma „Analýza zobrazení pohybu bránice magnetickou rezonancí v kombinaci se spirometrickým vyšetřením“. V roce 2012 Pavel Kolář úspěšně absolvoval jmenovací řízení na FTVS UK a získal titul profesor. Od roku 2008 do roku 2011 byl jmenován Adjunct Senior Lecturer“ na Faculty of Health Sciences, Murdoch University, Western Australia.

Od roku 1999 profesor Kolář působí ve funkci přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2. LF UK, která zahrnuje ambulantní a lůžkovou část pro děti a dospělé, Spinální jednotku, Centrum pro léčbu a výzkum bolesti a Oddělení tělovýchovného lékařství. Od roku 2008 též zastává post [proděkana 2. LF UK](#), je garantem studia fyzioterapie na 2. LF UK, členem vědecké rady FTVS UK i členem Poradního sboru ředitele Fakultní Nemocnice v Motole. Od dob Václava Havla v prezidentské funkci dodnes je stálým členem lékařského konsilia prezidenta České Republiky. V roce 2012 profesor Kolář založil [Centrum pohybové Medicíny Pavla Koláře](#), kde poskytuje rozsáhlou rehabilitační péči běžným pacientům stejně jako reprezentantům nejen českého sportu. Klienty centra se již stali i takové celebrity jako Novak Djokovič či významný hráč amerického fotbalu Steven Jackson.

Profesor Kolář je autorem a spoluautorem stovek vědeckých článků i vědecko-popularizačních textů včetně kapitol ve významných mezinárodních monografiích. Je hlavní autorem rozsáhlé monografie [Rehabilitace v klinické praxi](#), která byla publikována v [anglickém](#) i českém jazyce. Originální know-how profesora Koláře bylo podkladem pro vytvoření odborných [plakátů](#) a [brožurek](#) na téma Dynamická Neuromuskulární Stabilizace. Aktivně se zúčastnil stovek vědeckých konferencí v ČR i v zahraničí jako hlavní speaker i předseda odborných sekcí. Jako celosvětově uznávaný odborník v oboru rehabilitace je pravidelně žádán o vypracování recenzních posudků na grantové projekty, posudky ke kvalifikačním postupům (habilitační, jmenovací rigorózní řízení), žádán je jeho názor k systémovým změnám pro MŠMT ČR.

Pravidelná a dobře známá je intenzivní [práce profesora Koláře se sportovci](#). Spolupracoval např. s desetibojaři Tomášem Dvořákem a Romanem Šebrlem, s oštěpaři Janem Železným, a Ludmilou Špotákovou, staral se o sprinterku Ludmilu Formanovou, lyžařku Šárku Strachovou, běžkyni na lyžích Kateřinu Neumannovou, o řadu českých hokejistů v čele s Jaromírem Jágrem i o naše vrcholové tenisty. Je předsedou lékařské komise olympijského výboru a člen realizačních týmů české reprezentace pro hokej, fotbal, atletiku, i tenis. Snaží se ale pomáhat i sportovcům se zdravotním hendikepem, od roku 2013 je předsedou správní rady Centra Paraple kde pracuje ve prospěch lidí ochrnutých po poranění míchy. Profesor Kolář je také zřizovatelem Nadace Pohyb bez pomoci.

Za svoji obětavou, originální a hlavně kvalitní diagnostickou, terapeutickou i pedagogickou práci byl profesor Kolář mnohokrát oceněn. Již v průběhu studia FTVS UK se stal dvakrát vítězem celostátní studentské vědecké a odborné soutěže s kineziologickými tématy. V roce 2003 mu byla udělena bronzová medaile 2. LF UK u příležitosti 50. výročí založení fakulty. Taktéž v roce 2003 byla prof. Kolářovi udělena osobní medaile prezidenta republiky Václava Havla za zásluhy o stát za pedagogickou a vědeckou činnost, v roce 2007 získal Medaili Za zásluhy o stát v oblasti výchovy a vědy z rukou prezidenta republiky. V roce 2009 byl vyhlášen Učitelem roku UK 2. LF.

Profesor Kolář vyučoval osobně desítky kurzů na téma Funkční diagnostiky a terapie pohybového systému, vývojové kineziologie a praktické aplikace konceptu DNS v USA, Kanadě, v mnoha Evropských zemích, v Asii i Austrálii. Koncept DNS se stal světově uznávaným rehabilitačním postupem, vyškolená byla řada [instruktorů](#) v ČR i ve [světe](#). T.č. je DNS vyučováno ve stovkách kurzů ročně ve více než padesáti státech světa. Standardně jsou zavedeny tři výukové linie v podobě [kurzů A-D pro zdravotníky](#), pediatrické kurzy 1-3 pro zdravotníky pracující s dětmi a [sportovní kurzy I-III](#) pro profesionály z oblasti sportu. Navíc je k dispozici řada praktických kurzů se zaměřením na problematiku neurologických či ortopedických diagnóz, určitých typů sportů či na zdokonalení praktických dovedností účastníků kurzů.