

# *Dynamic Neuromuscular Stabilization (DNS) according to Kolar*

**Basic course “B”**

**Contact Hours: 18**

Course date:

**January 17 - 19, 2025**

Location:

**Evolve Massage College 5th floor  
Located within the Clarion Hotel  
1445 Portage Ave  
Winnipeg, MB R3G 3P4  
Canada**

Instructor:

**Robert Lardner, PT**

Organizer:

**Darcy Nikkel**

[learnwithexpand@gmail.com](mailto:learnwithexpand@gmail.com)

<http://www.expandlearning.ca>

**REHABILITATION  
PRAGUE SCHOOL**



[www.rehabps.com](http://www.rehabps.com)

# Tentative Course Program

(the actual program will be sent to you by the local organizer)

## Den 1 Friday – January 17, 2025

- 9:00 – 12:00 Vývojová kineziologie, ontogeneze v 1. roce života, primitivní reflexy, posturání aktivita a posturální reakce.
- 13:00 – 17:00 Vyšetření dítěte do jednoho roku věku: video demonstrace a praktické ukázky. Hodnocení sagitální stabilizace: DNS testování, detaily a modifikace, video prezentace a praktické ukázky.

## Den 2 Saturday – January 18, 2025

- 9:00 – 12:00 DNS aktivní cvičení: výběr polohy a kombinace prvků aktivního cvičení (centrace, odpor proti plánované hybnosti, aktivace ideálního dechového vzoru) na podkladě předchozí analýzy pomocí DNS testů.
- 13:00 – 17:00 DNS aktivní cvičení: vyšší polohy: cvičení ve statické poloze, cvičení fáze přechodu z polohy do polohy, nácvik celého posturálně-lokomočního vzoru z jedné vývojové polohy do druhé. Praktické demonstrace pacientů (účastníků kurzu): DNS testy + terapie.

## Den 3 Sunday – January 19, 2025

- 8:00 – 14:00 Kortikální funkce, tělesné schéma, dyspraxie: nácvik posturálně-lokomoční funkce a přechodů z jedné polohy do druhé se zaměřením na jednotlivé části těla. Praxe: Otestuj - zacvič - otestuj. Diskuze.

More information about the course:

[https://www.rehabps.cz/rehab/course.php?c\\_id=3110](https://www.rehabps.cz/rehab/course.php?c_id=3110)

# Course Goals and Description

## Cíle kurzu:

- Opakování kurzu A: základní principy vývojové kineziologie, ontogeneze v 1. roce života, vztah mezi časnou ontogenezí (vývojem v průběhu 1. roku) a patologií pohybového systému v dospělosti.
- Primitivní reflexy, posturální aktivita, posturální reaktivita: souvislosti při vyšetření, časná identifikace abnormálního vývoje.
- Vyšetření novorozence a dětí do 1. roku věku, stanovení vývojového věku: praktické demonstrace.
- Hodnocení sagitální stabilizace a stereotypu dýchání prostřednictvím DNS testů - pokročilé modifikace, zaměření na praktické detaily při testování. Praktické demonstrace dospělých pacientů.
- DNS terapeutické přístupy při nácviku posturální stabilizace. DNS aktivní cvičení založené na vývojových posturálních vzorech. Opakování základních pozic z kurzu A, demonstrace a nácvik náročnějších vývojových poloh a jejich modifikace.
- Integrace DNS s jinými rehabilitačními přístupy (myskeletálními mobilizačními a relaxačními technikami, reflexní lokomocí).
- Kortikální funkce a dyspraxie: vyšetření percepce tělesného schématu a zařazení prvků kortikální kontroly do DNS terapie.
- Edukace pacienta, aktivní nácvik posturální stabilizace, autoterapie.
- Příprava na DNS kurz C.

## Test B

Je dobrovolný. Posluchači, kteří chtějí v budoucnu obdržet Diplom Certifikovaného DNS Terapeuta se mohou přihlásit ke složení testu B elektronicky.

Cena testu B: 50,- Euro

Test lze zakoupit po absolvování kurzu na příslušné webové stránce Pražské školy (tj. na stránce, na které jste se registrovali do kurzu B).

Test se skládá z hodnocení 10 videí a 10 foto dětí - hodnocení vývojového věku a kvality motorických vzorů. Test vyplní posluchač doma a nejpozději do 8 týdnů po ukončení kurzu ho pošle ke zhodnocení DNS instruktorovi.

Pro úspěšné složení testu je nutné správně zodpovědět minimálně 80% otázek.

## Struktura DNS kurzů, části A-D

Kurzy DNS jsou vyučovány v částech A-D, každá část A-C jsou 3 denní, závěrečná čtyřdenní část D se koná na klinice rehabilitace FN Motol v Praze. Do kurzu D se může přihlásit posluchač po absolvování všech A-C kurzů a po úspěšném složení všech tří testů. Do D kurzu se lze přihlásit nejdříve 2 roky po absolvování prvního DNS kurzu a nejpozději 5 let od absolvování prvního DNS kurzu. Posluchač musí aplikovat DNS vyšetřovací a terapeutické techniky v praxi.

## DNS testy: A-D

Po každé části je možné dobrovolně složit test.

### Ceny testů:

Test A,B,C: Euro 50,- za každý test.

Test D: Cena za test D je zahrnuta v ceně kurzu D.

**Charakter testů:**

Test A: 40 otázek typu multiple choice, hodnocení 10 obrázků.

Test B: Hodnocení 10 videí a 10 foto dětí - hodnocení vývojového věku a kvality motorických vzorů.

Test C: Hodnocení 10 videí a 10 foto dospělých pacientů - hodnocení kvality stabilizace, kvality motorických vzorů, návrhy terapie.

Test D: praktická zkouška.

At the end of the course, a Certificate of Attendance will be awarded by local instructor.

# REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



## *Certificate of Attendance*

BE IT KNOWN THAT

**Peter Brown**

HAS ATTENDED THE FOLLOWING COURSE WORK

**DYNAMIC NEUROMUSCULAR STABILIZATION  
ACCORDING TO KOLÁŘ  
A DEVELOPMENTAL KINESIOLOGY APPROACH**

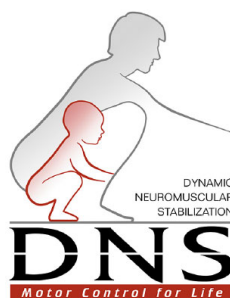
*COURSE LEVEL:* **B**

*LOCATION:* **Winnipeg**

*DATES:* **January 17 - 19, 2025**

*CONTACT HOURS:* **18**

Robert Lardner, PT



Upon successful completion and passing of the DNS Test B, a Certificate of Achievement from Prague School of Rehabilitation will be awarded (electronic version by email).

# REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



## *Certificate of Achievement*

BE IT KNOWN THAT

**Peter Brown**

HAS SUCCESSFULLY COMPLETED THE COURSE WORK  
AND EXAMINATION REQUIREMENTS FOR THE FOLLOWING:

**DYNAMIC NEUROMUSCULAR STABILIZATION  
ACCORDING TO KOLÁŘ  
A DEVELOPMENTAL KINESIOLOGY APPROACH**

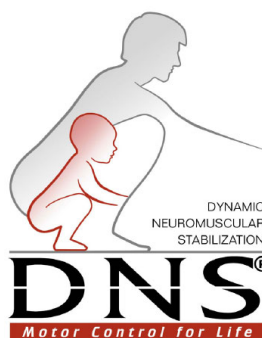
*COURSE LEVEL:* **B**

*LOCATION:* **Winnipeg**

*DATES:* **January 17 - 19, 2025**

*EXAMINATION:* **February 20, 2025**

Alena Kobesova MD, PhD



Upon successful completion and passing of the courses A-D and tests, a Certificate of DNS Practitioner from Prague School of Rehabilitation can be awarded. You will be recognized as a Certified Practitioner in the Dynamic Neuromuscular Stabilization approach. After obtaining the final diploma, you can be listed among **DNS Certified Practitioners** on the website of the Prague School for a fee of 20 EUR for an unlimited period. You are required to take at least one DNS course every 3 years to retain your certification status.

# REHABILITATION PRAGUE SCHOOL



## *Certificate of DNS Practitioner*

BE IT KNOWN THAT

**Peter Brown**

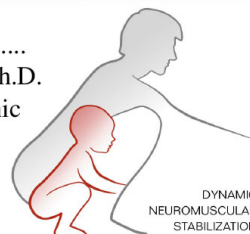
HAS SUCCESSFULLY COMPLETED THE PRESCRIBED COURSES  
AND HAVING DEMONSTRATED PROFICIENCY BY PASSING ALL  
REQUIRED EXAMINATIONS REGARDING THE PRINCIPLES,  
DIAGNOSTIC & THERAPEUTIC APPLICATION OF DNS.

THUS CONFER THE TITLE OF:

**Dynamic Neuromuscular Stabilization  
Certified Practitioner**

September, 2013

.....  
Prof. Pavel Kolar, PaedDr., Ph.D.  
Head of Rehabilitation Clinic  
2nd Medical Faculty  
Charles University  
Prague, Czech Republic



DYNAMIC  
NEUROMUSCULAR  
STABILIZATION  
**DNS**<sup>®</sup>  
Motor Control for Life

## Course Instructor



**Robert Lardner, PT**

Robert Lardner graduated from the Department of Physical Therapy, Lund's University, Sweden in 1991. He has worked in inpatient / outpatient rehabilitation facilities in Sweden prior to moving to Illinois in 1992, where he worked as a staff physical therapist at McNeal Hospital, Clearing Industrial Clinic and a supervisor of physical therapy at Mercy Hospital.

He has also been in charge of physical therapy services at a number private outpatient and sports clinics, and in addition teaching undergraduate and postgraduate courses at both the Southern California and the National Universities of Health Sciences. He has studied with Professors Janda, Lewit and Kolář from the Czech Republic who are pioneers in functional rehabilitation and manual medicine. Over the years he has taught different courses in the field of rehabilitation utilizing techniques and approaches of leaders in this field whose philosophies he deeply appreciates, these include manual therapy, gait and movement analysis, exercise, and reflex philosophies & techniques. At present he is also an international DNS (Dynamic Neuromuscular Stabilization) instructor.

Currently, he is in private practice in Chicago and continues to teach various seminars throughout the United States, Canada, Europe and Asia.



## Author of the DNS concept



### **Professor Pavel Kolar, P.T., Paed. Dr., Ph.D.**

Professor Kolar is a physiotherapist by training. His instructors, Professor Karel Lewit and the late Professors Vaclav Vojta and Vladimir Janda, profoundly influenced him in his evolution of DNS. He is the Director of the Rehabilitation Department, University Hospital Motol, School of Medicine, Charles University, Prague, Czech Republic. He also acts as an adviser to the Director of the Hospital and serves as vice-dean of bachelor and master study at Second Medical Faculty, Charles University, Prague.

As Director of the Rehabilitation Department, Professor Kolar oversees the following:

1. The Rehabilitation Unit for adult patients, both outpatients and in-patients.
2. The Rehabilitation Unit for children: outpatient and inpatient.
3. The Pain Management Unit: outpatient and inpatient.
4. The Spinal Unit.
5. The School of Physiotherapy.
6. Department of Sports Medicine.

Professor Kolar is renowned for his work in rehabilitation, in addition to his utilization of DNS methods to celebrities in the world of sports, politics and entertainment. He has been appointed team clinician for the Czech Olympic teams, Soccer team, Davis Cup tennis teams and national ice hockey teams. He gained wide recognition for his treatment of former Czech President Vaclav Havel, which included traveling and serving as the President's personal clinician when he went abroad. Because of the profound influence of DNS to rehabilitation in the Czech Republic, Professor Kolar was awarded the prestigious "Presidential Award for Professional Excellence" by Czech President Vaclav Klaus in 2007. This award is typically reserved for those in their later years after many decades of significant contributions to society, while Professor Kolar's contribution of DNS earned him the coveted award while still in his early 40's!!

Professor Kolar is currently directing an extensive research project in his department concerning developmental kinesiology and its application in early diagnosis of central nervous system disorder in newborns and infants. He and his trained therapists utilize DNS techniques in the treatment of newborns and infants with cerebral palsy. Professor Kolar is also currently involved in a second research project, studying "stabilization and respiratory function of the diaphragm" and its relation to conservative treatment of back pain syndromes.

In 2009 Pavel Kolar successfully completed his Ph.D. His thesis was: "Dynamic MRI and spirometric analysis of diaphragmatic activity". From 2009 to 2012 Prof. Kolar accepted an appointment as Adjunct Senior Lecturer in the Faculty of Health Sciences, Murdoch University, Australia.

Professor Kolar has taught DNS in numerous countries all over the world.

Professor Kolar resides in Prague with his wife and three children.