



## Workshop medizinische Trainingstherapie – obere Extremität

### Beschreibung

In diesem Kurs bekommen Sie einen umfassenden Überblick über die Bindegewebsphysiologie sowie die verschiedenen Phasen der Wundheilung. Sie erlernen die Grundlagen der Trainingslehre im Bereich der Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Im Praxisteil werden allgemeine Untersuchungen der Gelenke an den oberen sowie unteren Extremitäten und der Wirbelsäule eingeübt. Die praktischen Übungen an Kleingeräten (Hanteln, Widerstandsbänder und Gymnastikbällen) bilden einen Großteil dieses Seminars. Mit diesem Seminar soll der Therapeut in der Lage sein, eine individuelle Trainingsplanung unter Berücksichtigung der traumatisierten Bindegewebsstruktur zu planen und durchzuführen.

### Inhalt

Anatomie, Untersuchung obere Extremität  
Physiologie Bindegewebe  
Grundlagen funktionelle Neuroanatomie  
Grundlagen Trainingslehre  
Myofasziale Ketten obere Extremität  
Praxis obere Extremitäten mit Eigengewicht und mit Kleingeräten  
Faszien aus sporttherapeutischer Sicht

### Zielgruppen

- Physiotherapeuten
- Osteopathen
- Ergotherapeuten
- Ärzte
- Sporttherapeuten
- Heilmasseure & medizinische Masseure

### Referenten

- Christoph Albertini BSc. (Sportwissenschaftler)

### Unterrichtszeiten

- Freitag

08:00 - 10:00	->	Bindegewebe und Wundheilung
10:00 - 10:20	->	Kaffeepause
10:20 - 12:30	->	Grundlagen der Trainingslehre
12:30 - 13:30	->	Mittagspause
13:30 - 15:00	->	Anatomie, Untersuchung obere Extremität
15:00 - 15:20	->	Kaffeepause
15:20 - 17:00	->	Praxis obere Extremitäten

- Samstag

08:00 - 10:00	->	Anatomie, Untersuchung obere Extremität
10:00 - 10:20	->	Kaffeepause
10:30 - 12:30	->	Praxis obere Extremität
12:30 - 13:30	->	Mittagspause
13:30 - 15:00	->	Grundlagen funktionelle Neuroanatomie
15:00 - 15:20	->	Kaffeepause
15:20 - 17:00	->	Praxis funktionelle Neuroanatomie

## Lehreinheiten

18 Lehreinheiten pro Kurs (9 LE pro Tag)

## Abschluss

- Teilnahmebescheinigung mit Lehreinheiten