



Programm Kurs

Wirbelsäulenkurs W3 für PT

Komplexe manualtherapeutische Behandlung der Funktionsstörungen des Körperstammes (Wirbelsäule) und gestörter motorischer Steuerung

V = Vortrag, D = Demonstration (Plenum), Ü = Übungen in Gruppen unter Anleitung

1. Tag		UE	
1.1.A.	09.00-10.30	2	Einführung, inhaltliche Konzeption des Kurses, organisatorische Hinweise
	10.30-11.00		Pause
1.2.V	11.00-12.30	2	Verkettungen von Funktionsstörungen im Bewegungssystem
	12.30-13.30		Pause
1.3.Ü	13.30-15.00	2	Wiederholung (W), Befundaufnahme – Hüftgelenk, SIG, Becken
	15.00-15.30		Pause
1.4.Ü	15.30-17.00	2	Befundaufnahme – LWS (W)
	17.00-17.15		Pause
1.5.D/Ü	17.15-18.00	1	Mobilisation durch PIR inklusive Fazilitation (Atmung, Blickwendung) – LWS und Becken
2. Tag			
2.1.A	09.00-09.45	1	Mentales Training
2.2.Ü	09.45-10.30	1	Mobilisation LWS mittels Rotations- und Anteflexionseinstellung (W)
	10.30-11.00		Pause
2.3.Ü	11.00-12.30	2	Befundaufnahme und Behandlung der Gelenke und Triggerpunkte untere Extremitäten (W)
	12.30-13.30		Pause
2.4.Ü	13.30-15.00	2	Befundaufnahme und Behandlung reversibel strukturell verkürzter Muskeln Bein- und LBH-Region (W)
	15.00-15.30		Pause
2.5.D/Ü	15.30-17.00	2	Übungen zur sensomotorischen Fazilitation nach JANDA – im Sitzen und Stehen (W)
	17.00-17.15		Pause
2.6.D/Ü	17.15-18.00	1	Befundaufnahme und Verspannung und Triggerpunkte an Muskeln des Rumpfes, gezielte Behandlung
3. Tag			
3.1.A	09.00-09.45	1	Mentales Training
3.2.Ü	09.45-10.30	1	Befundaufnahme und Behandlung der Gelenke HWS und ZthÜ im Sitzen (W)
	10.30-11.00		Pause
3.3.D	11.00-12.30	2	Fallvorstellung: Komplexe Bewegungstests der Becken-Beinregion. Manualtherapeutisches Behandlungskonzept am Beispiel eines Kursteilnehmers
	12.30-13.30		Pause



3.4.V	13.30-15.00	2	Theoretische Grundlagen und klinische Aspekte bei der Anwendung der PSF nach JANDA
	15.00-15.30		Pause
3.5.Ü	15.30-16.15	1	Übungen zur PSF in der Bewegung über den Einbeinstand zum Gang (W)
3.6.Ü	16.15.-17.00	1	Befundaufnahme und Behandlung Verspannungen und Triggerpunkte HWS, ZthÜ
	17.00-17.15		Pause
3.7.Ü	17.15-18.00	1	Befundaufnahme HWS, ZthÜ im Liegen. Mobilisation – PR mit Fazilitation durch Atmung und Blickwendung (W)
4. Tag			
4.1.A.	09.00-09.45	1	Mentales Training
4.2.Ü	09.45-10.30	1	Befundaufnahme und Behandlung im Liegen: Kopfgelenke inklusive Muskelverspannungen (W)
	10.30-11.00		Pause
4.3.D	11.00-12.30	2	Komplexe Bewegungstests zervikokranial, zervikothorakal. Manualtherapeutisches Behandlungskonzept am Fallbeispiel
	12.30-13.30		Pause
4.4.Ü	13.30-15.00	2	Übungen zur PSF kombiniert mit anderen Physiotherapie-Methoden
	15.00-15.30		Pause
4.5.Ü	15.30-17.00	2	Befundaufnahme BWS-, thorakolumbalen Übergang und Rippen(W)
	17.00-17.15		Pause
4.6.D/Ü	17.15-18.00	1	Mobilisationsbehandlung: PiR mit Fazilitation (Atmung, Blickwendung)-BWS, thorakolumbalen Übergang, Rippen
5. Tag			
5.1.A	09.00-09.45	1	Mentales Training
5.2.V/D	09.45-10.30	1	Motorische Koordinationsstörungen: Rumpf, Ventilation, orofaziales System; Beziehungen zwischen Ventilation und Bewegungssystem
	10.30-11.00		Pause
5.3.D/Ü	11.00-12.30	2	Komplexe Bewegungstests der Rumpfbewegung und der Ventilation, manual-therapeutisches Behandlungskonzept – Fallbeispiel in der Übungsgruppe mit Dokumentation und Diskussion
	12.30-13.30		Pause
5.4.D/Ü	13.30-15.00	2	Orientierende und gezielte Befundaufnahme und Behandlung: Orofaziale Muskulatur, Kiefergelenk
	15.00-15.30		Pause
5.5.D/Ü	15.30-17.00	2	Beispiele für differenzierende Relaxation und Dehnungsbehandlung spannungsveränderter Muskeln, Einordnung in den Behandlungsplan
	17.00-17.15		Pause
5.6.V/D	17.15-18.00	1	Behandlungsplanung, Behandlungstaktik in der manualtherapeutischen Krankengymnastik

**6. Tag**

6.1.A	09.00-09.45	1	Mentales Training
6.2.Ü	09.45-10.30	1	Befundaufnahme an Muskeln und Gelenken sowie Behandlung (einschließlich Triggerpunkte) von Schulter, Schultergürtel, Thorax und Rippen (Wiederholung und Ergänzung)
	10.30-11.00		Pause
6.3.D	11.00-12.30	2	Bewegungstereotype mit Substitution (Inkoordination): Befundaufnahme Schultergürtel
	12.30-13.30		Pause
6.4.D	13.30-15.00	2	Bewegungstereotype mit Substitution (Inkoordination): Befundaufnahme Beckengürtel, Befundaufnahme Rumpf und Hals
	15.00-15.30		Pause
6.5. Ü	15.30-17.00	2	Komplexe Bewegungstests an Hand, Ellbogen und Schulter
	17.00-17.15		Pause
6.6.Ü	17.15-18.00	1	Übungen an klinischen Bildern der Inkoordination: Statik, Testsituation, fehlerhafte Bewegungsabläufe bei therapeutischen Bewegungen

7. Tag

7.1.V	09.00-09.45	1	Bewegung als koordinative Leistung des ZNS: Konstitution und Motorik, Hypermobilität
7.2.D/Ü	09.45-10.30	1	Quantitative Beweglichkeitstest: Hypo- und Hypermobilität
	10.30-11.00		Pause
7.3.V	11.00-11.45	1	Bewegungslernen unter dem Gesichtspunkt der zentralen Fazilitation
7.4.V	11.45-12.30	1	Zusätzliche Möglichkeiten der Afferenzverstärkung – Hilfsmittel für obere und untere Extremitäten
	12.30-13.30		Pause
7.5.Ü	13.30-14.15	1	Komplexe Bewegungstests zervikobrachial, Fallbeispiel in der Übungsgruppe mit Diskussion
7.6.Ü	14.15-15.00	1	Krankengymnastische Methoden bei heftigem Schmerz Kursabschluss