rehastudy
Bildungszentrum

Sensomotorisches Training gegen Bewegungsschmerzen

Bildungszentrum Rehastudy
Bad Zurzach, Winterthur
Quellenstrasse 34
CH-5330 Bad Zurzach
Tel. +41 (0)56 265 10 20
Fax +41 (0)56 265 10 29
E-Mail info@rehastudy.ch
www.rehastudy.ch

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

Kursausschreibung

Sensomotorisches Training gegen Bewegungsschmerzen

EINLEITUNG

Die vermeintlich häufigsten Bewegungsschmerzen treten wiederkehrend auf. Nicht zuletzt, weil ein adäquates Bewegungskonzept im Alltag fehlt.

Die Sensomotorik des Körpers steht bei diesem Kurs im Fokus. Sie soll helfen, Menschen während und nach der passiven Therapie auf den aktiveren Alltag vorzubereiten.

Wir behandeln die Themen: Nackenverspannungen, degenerative Rückenschmerzen und natürlich die Problematik um den Ischiasnerv. Viele praktische Übungen u.a. mit zwei gut einsetzbaren Tools (deepRING + Faszienball) erschaffen ein neues Körpergefühl und sehr effektive Feedbackmöglichkeiten für Patienten und TherapeutIn.

ZIELE

Dieser Kurs vermittelt aktuelles Wissen zum Thema Bewegungsschmerz, Wahrnehmung und aktive Behandlung. Er räumt Wissensschubladen über die Informationsweiterleitung des Körpers und die Schulung der funktionellen Bewegung auf und richtet Neue ein.

Ziel des Kurses: Gezielter aktiver Umgang oder spezifische Kleingruppenleitung mit den Patienten schafft langfristige Schmerzlinderung.

INHALTE

- Grundlagen des sensomotorischen Trainings
- Erörterung der Auslösemechanismen und Behandlung für Verspannungen, Ischiasproblematik und degenerative Rückenschmerzen im Kontext mit aktiver und passiver Therapie
- Trainingstools zur Wahrnehmungsschulung und Koordination (deepRING und Faszienbälle)
- Umsetzung am Beispiel: Nackenverspannungen, Spinalkanalstenose und Ischiasproblematik
- Praktischer und theoretischer Kurs mit zahlreichen Übungsvorschlägen und Übungsportfolio (Video + PDF)

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Theorische Inputreferate
- Demonstrieren von Übungen
- Praktisches Üben Einzel und in Gruppen
- Trainingseinheiten üben

Maximale Gruppengrösse 24 Teilnehmende bei einer Lehrperson

ANGABEN ZUR LEHRPERSON

Nici Mende

Dipl. Trainerin med. Fitness
- Faszien
- Funktionellle Trainingstherapie
- Schmerzreduzierendes Training bei orthopädischen Krankheitsbildern
- Arbeit mit degenerativen Problematiken; präventiv und rehabilitativ

Autorin
"SCHMERZFREI bewegen - die funktionelle Selbsttherapie für mehr Mobilität im Alltag"
"Praktische Funktionelle Anatomie - Kompetenz im Gesundheitssport"
"Gestatten" fortlaufende Artikelreihe der funktionellen Anatomie u.m.

Konzeptentwicklerin
"deepRING"
"RÜCKENFREI"
"Fascial Coach"

KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Sporttherapie, Osteopathie und Heilpraktiken, Trainer mit fortgeschrittener Qualifikation und Ärzteschaft

Teilnahmevoraussetzungen: Berufsdiplom

LEITUNG

Nici Mende

BEMERKUNGEN

Mit folgendem Link erhältst Du Einblicke zum diesem Kurs, wie auch zum Kurs ***L.I.F.T. – Lösungsorientiertes, integratives Faszientraining bei Bewegungsschmerzen.***

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
1 Tag	Winterthur	24.04.2024	09.00 - 17.00 Uhr	24355	deutsch	CHF 250.-