

# Übungen, Übungen, Übungen in der Orthopädie



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](mailto:info@rehastudy.ch)  
[www.rehastudy.ch](http://www.rehastudy.ch)

EDUQUA

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

# Kursausschreibung

## Übungen, Übungen, Übungen in der Orthopädie

### EINLEITUNG

Ziel dieses Kurses ist es, Dir ein umfangreiches Angebot an sinnvollen Übungen für den gesamten Körper vorzustellen.

Die Übungen sind in systematischen Reihen strukturiert und dadurch auf verschiedenste Leistungsstände, Therapieziele und räumliche Voraussetzungen anzupassen.

Die Kursinhalte sind sofort in die Praxis umsetzbar.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Hast Du das Wissen wie Übungen systematisch individualisiert und an gegebene Voraussetzungen anpasst werden können
- Verfügst Du über die wichtigsten theoretischen Hintergrundkenntnisse und Prinzipien der Übungsauswahl

### INHALTE

Übungen für alle Körperregionen (obere + untere Extremität, Rumpf + Wirbelsäule)

- in systematischen Übungsreihen (von leichten zu schweren Varianten)
- zur Verbesserung von Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Gleichgewicht u.a.
- mit und ohne Gerät
- für Einzeltherapie, Personal Training und Gruppen
- mit Bezug zu Krankheitsbildern und therapeutischen Indikationen.

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Selbsterfahrung der Übungen
- Diskussion und Erfahrungsaustausch in der Gruppe

Praktische Fallbeispiele

**Maximale Gruppengrösse:** 15 Teilnehmende mit einer Lehrperson

### ANGABEN ZUR LEHRPERSON



- Physiotherapeut B.Sc

## KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie und med. Masseur

Teilnahmevoraussetzungen:  
Berufsdiplom

## LEITUNG

Christoph Weissmann

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
2 Tage	Winterthur	25.01.2025 26.01.2025	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	25508	deutsch	CHF 500.-