

**Die neuen Seminar-
Termine für
2009**



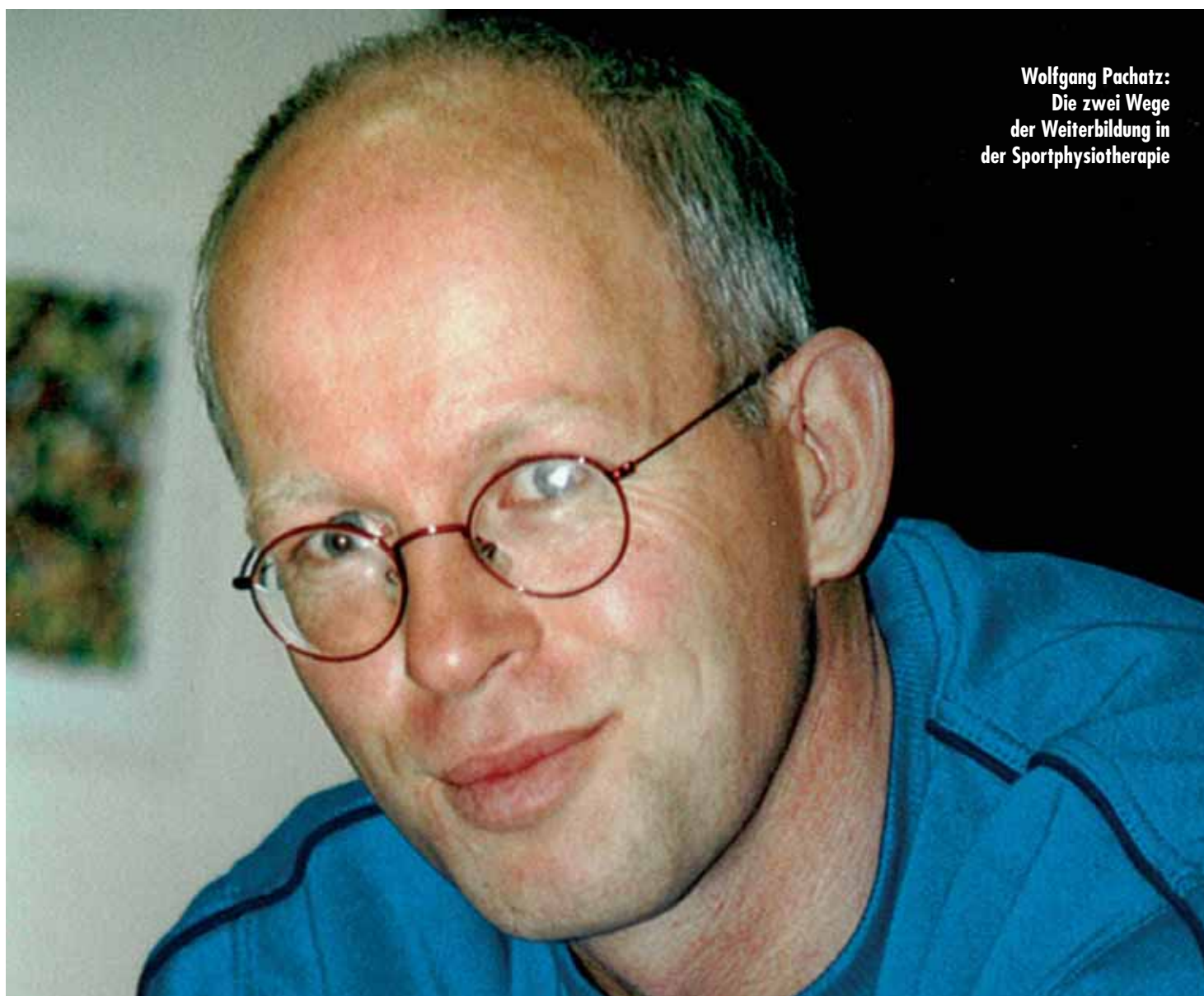
Vereinigung Österreichischer Sportmassseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

sport physiotherapie



Dezember 2008
19. Jahrgang • Heft 4

Im Internet unter www.sportphysiotherapie-sportmassage.at



Wolfgang Pachatz:
Die zwei Wege
der Weiterbildung in
der Sportphysiotherapie

NEUE AUSBILDUNG

VÖSM & ÖGS-Vorstand Wolfgang Pachatz über die Zukunft
der Sportphysiotherapie: „Master of Sportphysiotherapy“





Küss die Füße

Gepflegte Füße, zart wie Hände.
Neue Produkte mit neuen Rezepturen,
die noch intensiver wirken,
noch mehr pflegen und besser schützen.



Burgit

footcare

Teamplayer

Er hat sich mit Händen und Füßen gewehrt, beteuert, dass es wichtigere Persönlichkeiten als er in dieser Ausgabe gäbe, dass er Angst habe, falsch interpretiert zu werden. Kurz: Er wollte mit allen Mitteln verhindern, dass sein Konterfei auf der Titelseite erscheine. Doch Pech gehabt: Die Redaktionskonferenz hat ergeben, dass Wolfgang Pachatz Thema „Sportphysiotherapie – wozu?“ den inhaltlichen Schwerpunkt dieser Ausgabe ausmache.

Sicherlich nicht dem Umfang nach, da würden die fünf Seiten des Schweizers Rolf Ott über die „Wirbelsäulen-Inspektion“ das Rennen machen. Doch die Titelseite von VÖSM & ÖGS-Mitglied Wolfgang Pachatz über das richtige „Medikament“ Bewegung und die zwei Wege der Weiterbildung für Physiotherapeuten ist von gesellschaftspolitischer Tragweite. Die Ausbildung endet mit einer Kommissionellen Abschlussprüfung durch den Gesetzgeber und einem Diplom.

Da half auch nichts, dass Wolfgang Pachatz in aller Bescheidenheit behauptete, kein passendes Foto für die Titelseite zu besitzen und auch keine Zeit für einen Foto-Termin habe. Wozu gibt es Foto-Archive?

Schließlich ist mit Schrecken festzustellen, dass schon wieder ein Jahr abgelaufen ist und „sportphysiotherapie“ im kommenden Jahr 20 Jahre alt wird. Auf der einen Seite – was sind schon 20 Jahre, andererseits ist in der schnelllebigen Zeit des Computer-Zeitalters und des Internets ein Print-Medium mit 20 Jahren auf dem Buckel auch schon etwas. Damit die Wirbelsäule nicht zu sehr verbogen wird, empfiehlt sich die Lektüre dieser Ausgabe.

Und: Ein ehrliches Dankeschön an alle Mitglieder und freiwilligen Mitarbeiter für das Jahr 2008. Frohe Weihnachten und alles Gute im neuen Jahr,

Ihr



Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL *Lebensphilosophie* **4 COVER-STORY** *Sportphysiotherapie – wozu? Physiotherapeut Wolfgang Pachatz über das „Medikament“ Bewegung*

9 FORTBILDUNG *Manuelles und Kontrolliertes Dehnen von Kurt Walzl (PT/Masseur)*

11 FORTBILDUNG *Die Holleis-Methode® – Leben ist Bewegung!* **15 FORTBILDUNG** *Der Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich nach Rolf Ott/CH* **23 TERMINE** *Kalender 2009*

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmassseure und Sporttherapeuten (VÖSM) & Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), Liese-Prokop-Platz 1, A-2344 Maria Enzersdorf, Tel.: 02236/8 658 75 oder 02236/2 68 33-400, Fax: 02236/2 68 33-401, E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at, www.sportphysiotherapie-sportmassage.at

Redaktion: Oskar Brunnthaler, Eva Janko, Liese-Prokop-Platz 1, 2344 Südstadt, Tel. 02236/8 658 75

Wissenschaftlicher Beirat: Prim. Dr. Andreas Kainz, Univ.-Prof. Dr. Rudolf Schabus (Wien), Prim. DDr. Anton Wicker (Salzburg), Univ. Doz. Dr. Günther Amesberger, Univ. Prof. Dr. Paul Haber, Dr. Volker Veitl

Für den Inhalt verantwortlich: VÖSM&ÖGS-Präsident Prim. Dr. Andreas Kainz

Graphik & Satz: Rudi Kopp dtp + fotosatz, Tonwerkstraße 6 b, D-82205 Gilching, Telefon: 0049/(0)8105/2 56 07,

Fax: 0049/(0)8105/2 55 38, E-Mail: info@kopp-dtp-service.de

Druck: Facultas Verlags AG, Berggasse 5, 1090 Wien, Telefon: 01/310 53 56, Fax: 01/318 70 50

Sportphysiotherapie – WOZU?

„Medikament“ Bewegung. Die Zukunft der Sportphysiotherapie liegt in einer akademischen Ausbildung

Weltweit gibt es immer mehr Menschen, deren Alltag auf Grund sozialer, entwicklungspolitischer oder ganz einfach persönlicher Lebensumstände durch Bewegungsmangel geprägt wird. Eine aktive, bewegungsorientierte Lebensführung wirkt sich jedoch zum einen positiv auf das psychische Wohlbefinden der Sporttreibenden aus, zum anderen bietet eine aktive Lebensführung Schutz gegen eine Reihe von Gesundheitsrisiken wie Herzkrankheiten, Diabetes, Depressionen oder Krebs.¹⁾

Staatliche und private, aber auch von Kranken-, Unfall-, und Pensionsversicherungsanstalten geförderte Initiativen, wie Schulprojekte, Firmenfortbildungen, Seminare, Sportwochen und vieles mehr soll dieser Bevölkerungsgruppe wieder Freude an der Bewegung schenken. Die World Health Organisation (WHO) hat internationale Initiativen zur Förderung von Sport und Körperübungen eingeleitet.²⁾

Das „Medikament“ Bewegung birgt jedoch bei falscher Dosierung und Anwendung ein hohes Maß an Verletzungsrisiko in sich. Deshalb muss der Einstieg in die Welt der Bewegung von Spezialisten wie Sportphysiotherapeuten/Sportphysiotherapeutinnen (im weiteren Text nur noch als SPT's bezeichnet) geplant, instruiert und überwacht werden.

Zugleich gibt es aber auch eine große Personengruppe, für die Sport und körperliche Betätigung bis hin zum Hochleistungssport ein wichtiger Bestandteil des Lebens geworden ist. Auch für diese Personengruppe stellt das Verletzungsrisiko ein großes Problem dar. Im Fall einer Verletzung sind die Sportler gezwungen, die Ausübung ihres Sportes zu minimieren oder ganz einzustellen, was eine große Verminderung der Lebensqualität mit all ihren psychischen und physischen Folgen ist.

Beim Leistungssportler wiederum darf die seine Existenz bedrohende Gefahr des Einkommensverlustes nicht vergessen werden.

„On analysis of the US National Health Interview Survey, an estimated seven million Americans receive medical treatment for sports injuries annually.

A recent survey of sports injuries occurring in countries within the European Union (EU) estimated that approximately 60 per 1000 sports participants require medical attention for a sports injury every year; further, more than 700 athletes die and approximately 700.000 are hospitalised as a result of sporting injuries. The related cost within the EU is estimated at more than ten billion euros per year.“³⁾

Leider nur sehr langsam, aber doch, erkennen die Kranken-, und Unfallversicherungsanstalten die enorme Wichtigkeit der Verletzungsprävention. Der Weg muss von der rein kurativen Behandlungstechnik der Physiotherapie weggeführt und erweitert werden durch die Erkennung und Behebung von Defiziten, die zu körperlichen Schäden und zu Verletzungen führen können. Auch in diesem Betätigungsfeld sollen und müssen die Spezialisten der Sportphysiotherapie die ersten Ansprechpartner sein.

Ein „Stöbern“ in den verschiedenen medizinischen Suchmaschinen im WWW (wie Chochrane, PubMed oder andere) zeigt eindrucksvoll die Vermehrung von wissenschaftlichen Beiträgen in alle Bereiche der Sportphysiotherapie.

Welche Erwartungen nun stellen die Partner im Bereich Sport, nämlich Ärzte und Trainer, an die Berufsgruppe der SPH? Welche Rolle spielen SPH in der Betreuung von Breiten-, Hobby- und Spitzensportlern, welchen Platz haben sie im Betreuungsteam?

1) World Health Organisation. (2004) Global strategy on diet, physical activity and health [online]. WHO: 57th World Health Assembly, WHA57.17. http://www.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-en.pdf [Abrufdatum 7/8/2007].

2) World Health Organisation (2003a). Non-communicable Disease Prevention and Health Promotion. Physical activity: direct and indirect health benefits. Available at: <http://www.who.int/hpr/physactiv/health.benefits.shtml> [Abrufdatum 7/8/2007].

3) Bulley C. and Donaghy. (2005) The first step towards a common platform for specialist professional recognition. Queen Margaret University College. <http://www.Sciencedirect.com> [Abrufdatum 6/8/2007].

Was sind die Anforderungen an die Anwärter, die Zielgruppen der Ausbildungsträger: Findet in den bestehenden Ausbildungen eine Bestimmung der „Target Group“ statt?

Physiotherapeuten/Physiotherapeutinnen sind bekannt wissbegierig und für Weiterbildung zu begeistern. Die Vielzahl der Ausbildungs- und Fortbildungsmöglichkeiten macht jedoch die Entscheidungsfindung schwer, in welche berufliche Richtung man sich orientieren soll.

Da in den letzten Jahren die Ausbildung in der Physiotherapie auf eine akademische Ebene „upgraded“ wurde, wird dem internationalen Trend folgend in Zukunft auch die Sportphysiotherapie – um international Bestehen zu können – in einer akademischen Ausbildung liegen.

Zurzeit gibt es zwei Wege der Weiterbildung:

A) Den eher wissenschaftlichen Weg eines Universitätslehrganges:

Der Lehrgang ist berufsbegleitend in modularer Form aufgebaut und dauert vier Semester. Er wird in Form von Pflichtmodulen, Wahlfachmodulen, Praxisseminaren und Modulen an ausländischen Partneruniversitäten durchgeführt.

Der Lehrgang umfasst 120 ECTS Punkte bzw. 50 Semesterstunden (750 Vortragsstunden).

Ziel des Lehrganges ist neben dem Erwerb von umfassenden Wissensgrundlagen in theoretischer und praktischer Sportphysiotherapie auch der Erwerb von fachlichen Qualifikationen für Führungsaufgaben im sportphysiotherapeutischen Bereich, und die Evaluierung der Wirksamkeit von sportphysiotherapeutischen Maßnahmen.

Der Lehrgang endet mit einer schriftlichen Arbeit (Master-Thesis) und einer kommissionellen Abschlussprüfung an der Universität Wien mit dem akademischen Titel „Master of Sportphysiotherapy“.

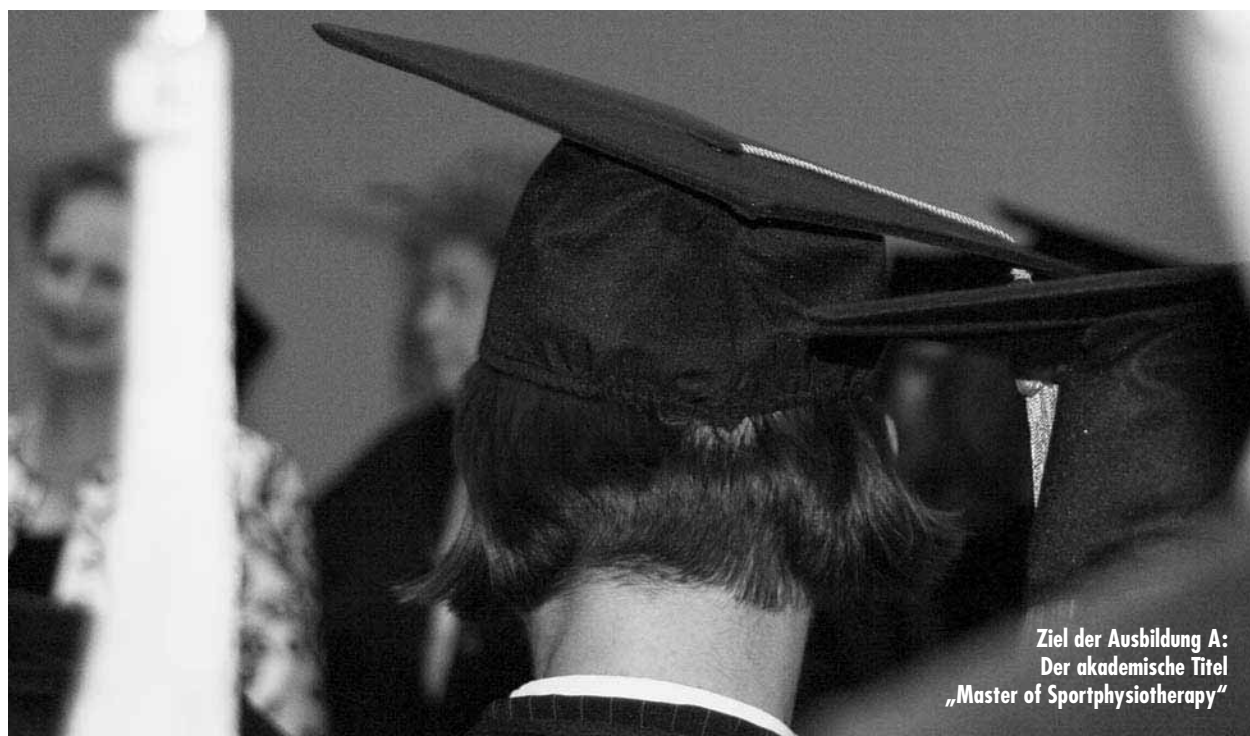
B) Den mehr praxisorientierten Weg:

Viele Physiotherapeuten/Physiotherapeutinnen wollen ihr Tätigkeitsfeld primär in der praktischen Arbeit am Sportler suchen. Sie brauchen ein umfassendes Wissen über praktische Behandlungstechniken auf einer sportwissenschaftlich-sportmedizinischen Basis.

Das ist der Grund, warum die Sonderausbildung zum/zur Sportphysiotherapeuten/Sportphysiotherapeutin der VÖSM & ÖGS einen berechtigten Platz in der Ausbildungsstruktur der Sportphysiotherapie hat. Praxisnahe werden den Anwärtern/innen die „skills“ vermittelt, die sie in der Praxis brauchen. Die Ausbildung dauert 15 Monate und umfasst 220 Vortragsstunden. Da die Sonderausbildung kein akademisches Studium ist, werden keine ECTS vergeben.

Auch diese Ausbildung schließt mit einer Kommissionellen Prüfung der Absolventen/Absolventinnen, die durch den Gesetzgeber vorgenommen wird.

Dem/der Physiotherapeuten/Physiotherapeutin, der sich im Bereich Sportphysiotherapie weiterbilden will, wird daher die schwere Entscheidung „Wohin orientiere ich mich?“ nicht erspart bleiben. Daher ist es wichtig, sich vor Beginn einer Ausbildung im Klaren zu sein „was möchte ich in Zukunft mit meiner Zusatzausbildung“. Eine genaue Definition der Interessen, des vorhandenen Zeitrahmens und leider auch der finanziellen Möglichkeiten sind in der Zukunftsplanung mit einzubeziehen. Dann aber steht der spannenden Tätigkeit des/der Sportphysiotherapeuten/Sportphysiotherapeutin nichts mehr im Weg. *Wolfgang Pachatz, PT (SPT), MSPhT*



Ziel der Ausbildung A:
Der akademische Titel
„Master of Sportphysiotherapy“

Sonderausbildung Sportphysiotherapie

nur für Physiotherapeuten/Innen

Neustart der einzigen in Österreich gesetzlich geregelten Sportphysiotherapie-Ausbildung jetzt wieder bei VÖSM & ÖGS in Verbindung mit dem Amt der NÖ.Landesregierung Gruppe Gesundheit und Soziales, Abt. Sanitäts- und Krankenanstaltrecht nach § 32 Abs. 2 des Bundesgesetzes über die Regelung der gehobenen medizinisch-technischen Dienste (MTD-Gesetz) BGBl. Nr. 460/1992 in der geltenden Fassung.

Zur Sonderausbildung sind nur Physiotherapeuten zugelassen. Die gesamte Sonderausbildung Sportphysiotherapie umfasst 220 Unterrichtseinheiten Theorie und 420 Unterrichtseinheiten Praxis (1 UE = 45 Min.). Diese Sonderausbildung wird auch von der Österr. Bundessportorganisation (BSO) anerkannt.

Seminare:

- 1) Manuelle Lymphdrainage
- 2) Trainingstherapie, Therapeutisches Training
- 3) Funktionelle Anatomie
- 4) Sporttraumatologie
- 5) Sportorthopädie

- 6) Biomechanik in Theorie und Praxis
- 7) Biomechanik und Muskelphysiologie
- 8) Doping
- 9) Funktionelle Verbände, Tapen
- 10) Trainingslehre in Theorie und Praxis
- 11) Leistungsphysiologie
- 12) Regeneration im Sport
- 13) Schmerz
- 14) Osteopathische Techniken unter besonderer Berücksichtigung der Faszientchnik
- 15) Sportpsychologie
- 16) Ernährung und Ernährung im Sport
- 17) Sportspezifische Massagetechniken
- 18) Leistungsdiagnostik, Sportmotorik in Theorie und Praxis

Die gesamte Kursreihe wird als „Modulsystem“ in einem Zwei-Jahres-Zyklus in Wochenendkursen à 20 Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten) durchgeführt.

Abschlussprüfung: Genauer Termin wird noch festgelegt. Nach ca. 1 Jahr ab Kursbeginn muss an die Prüfungskommission ein einseitiges Exposé der Arbeit abgegeben werden. Innerhalb von 14 Tagen erfolgt die Benachrichtigung, ob das Exposé angenommen wurde. Nähere Details zur Abschlussprüfung entnehmen Sie nach Anmeldung der Prüfungsordnung.

Die erfolgreichen Teilnehmer/Innen erhalten ein Kommissionelles Abschlusszeugnis sowie ein Diplom „Sonderausbildung Sportphysiotherapie“.

Die besten Diplomarbeiten können im Internet und in der Zeitung „Sportphysiotherapie“ veröffentlicht werden. Die beste Diplomarbeit wird prämiert. Der Kandidat/die Kandidatin wird zum nächstfolgenden Internationalen Kongress für Sportphysiotherapie zur Präsentation eingeladen.

Die gesamte Ausbildung muss innerhalb von vier Jahren abgeschlossen werden.

Kurskosten: Für Mitglieder € 3.200,-, für Nichtmitglieder € 3.500,- (Ratenzahlungen möglich)

Kurszeiten: Samstag von 8.30 – 19.00 Uhr und Sonntag von 8.30 bis 17.30 Uhr

Kursbeginn: März 2009 (genaue Termine auf Anfrage)

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop-Platz 1. Tel. 02236/865875 oder 02236/26833/400 – Fax 401

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at
Für das Zustandekommen der Seminare ist eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen notwendig.

Zukunft der Sportphysiotherapie!

Die Physiotherapie in Österreich ist, wie in ganz Europa, im Umbruch: die staatlichen Ausbildungen wurden von den Akademien in die Fachhochschulen verlagert. Das Studium dauert sechs Semester, schließt aber mit dem Akademischen Grad „Bachelor of Science (BSc.)“ ab – die Berufsbezeichnung „Physiotherapeut“ bleibt aber unverändert.

Damit werden sich auch manche Weiterbildungen für Physiotherapeuten ändern. So sind schon jetzt „Master Studiengänge“ für Physiotherapeuten zugänglich. Sind aber vom Inhalt mehr wissenschaftlich aufgebaut.

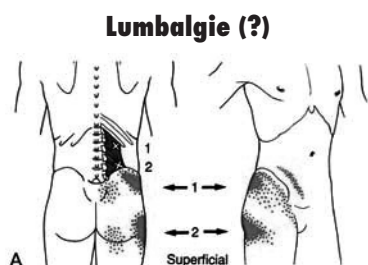
Da aber nicht alle Physiotherapeuten gleich einen „Master“ in der Sportphysiotherapie erlangen wollen (diese Studien sind doch sehr kostspielig), gibt es auch weiterhin die Weiterbildungen in der Sportphysiotherapie. Und hier hebt sich eindeutig die Sonderausbildung Sportphysiotherapie der VÖSM & ÖGS von den restlichen Anbietern ab. Die Sonderausbildung Sportphysiotherapie mit Schwerpunkt auf Praxis ist die einzige staatlich anerkannte Sportphysiotherapie-Ausbildung in Österreich, sie alleine berechtigt zur Erweiterung der Berufsbezeichnung in „Physiotherapeut (Sportphysiotherapie)“. Dass mit einer staatlich anerkannten Ausbildung eine eventuelle spätere Höherqualifizierung in Richtung „Master“ leichter sein sollte, ist verständlich.

Daher sollte die Wahl für eine Sportphysiotherapie Ausbildung, ohne Ziel des Abschlusses mit einem „Master“, zurzeit eindeutig auf die Sonderausbildung Sportphysiotherapie der VÖSM & ÖGS fallen.

PT Andreas Semmelweis

Fortbildungsseminar Dynamische Neuromuskuläre Massagetherapie (DNM) für LBH-Region

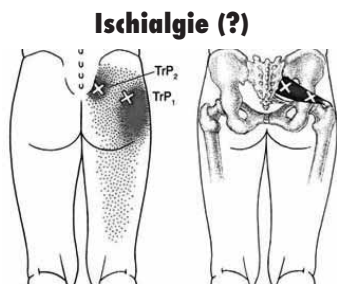
Es ist nicht einfach, Schmerzen in dieser Problemzone präzise abzuklären. Unbefriedigend ist der Ausdruck „Rückenschmerzen“ bei Störungen **der Lenden-Becken-Hüftregion**. Als Rücken (Rückgrat) könnte die gesamte Wirbelsäule gemeint werden (vergleiche Rückenschule), genauer wäre „unterer Rückenschmerz“ (low back pain). Der Kreuzschmerz ist keine Erkrankung, sondern eine Schmerzlokalisation.



Weitere Schmerzbezeichnungen sind die „Lumbalgie“, der Schmerz in der Lendengegend. Die „Lumboischialgie“, der von der Lendengegend in das Bein ausstrahlende Schmerz.

Man kommt oft zu Fehldeutungen, weil den Beschwerden sehr ähnliche Symptome zugrunde liegen und deswegen eine Behandlung oft nur zufällig zum Erfolg führt.

Die Manuelle Medizin gesteht neuerdings sogar, dass die häufigsten reversiblen Schmerzen im Bewegungsapparat aus Muskeldysbalancen entstehen, welche man in den Myofaszien lokalisiert. Bei der myofaszialen Dysfunktion (Muskeldysbalance) wird die Funktionalität der Muskulatur und der Faszie Rechnung getragen. Als Ausdruck eines Chronischen Reizgeschehens können in der segmental betroffenen Muskulatur an typischen Stellen palpable knötchenartige Gebilde entwickeln und die als Triggerpunkte (TP) bezeichnet werden (Travell, Simons).



Wärme oder passive Dehnung wirken hingegen beruhigend, aber bei einer präzisen und gezielten DNM ist ein Sofortserfolg zu erwarten. Notwendig ist das

Einbeziehen aller manuell therapierbaren Strukturen: Muskel, Faszie und Gelenk – damit kann man Misserfolge in der Behandlung weitgehend ausschließen. Das Therapeutische Ziel der **DNM** mit seinen „mobilisierenden Weichteiltechniken für die Gelenke und die Wirbelsäule“ sind

- 1) gezielte Detonisierung Hypertone Agonisten und ein Facilitierung/propriozeptive Stimulierung von hypotonen Antagonisten (Muskeltechnik),
- 2) Verbesserung der Mikrozirkulation und der Reduzierung von Druck auf die Nozizeptoren in den Myofaszien (Faszientechnik) und
- 3) passive Gelenkmobilisationen um den anatomischen Maximalwinkel zu erreichen.

Die Analyse und die Therapie der Dysfunktionen werden anhand von praktischen Beispielen im Kurs erlärert.

Teil 2 – LBH-Region

Kursinhalt:

- Anatomie in Vivo – Funktionelle Anatomie – Refresher der Lenden-Becken-Hüftregion (Muskel, Nerven, Gelenke, myofasziale Strukturen)
- Engpasssyndrome, Triggerpunkte, Tenderpunkte
- In diesem Seminar wird anhand von Krankheitsbildern des Beckengürtels die oben angeführte Massagetherapie praktiziert.

Kurstermin: 21. Februar 2009

Kurszeiten: Samstag, 08.00 bis 18.30 Uhr, insgesamt 10 UE à 45 Min.

Referent: Martin Roth (Freiberuflicher Heilmasseur, Bildungsbeauftragter am Univ.-Sportinstitut Wien; Fachexperte für Massage der Innung Wien für FKM)

Kurskosten: f. Mitgl. € 130,-, f. Nichtmitgl. € 150,-

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Teilnehmer: max. 20

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Tel. 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Teilnahmevoraussetzung:

- Gute anatomische Kenntnisse
- Bereitschaft auf ein Refreshing in Anatomie in Vivo (Kajal-Stift mitnehmen)
- **Teilnahme an Teil 1. ist keine Voraussetzung.**

Dieser Kurs gilt als Fortbildungspunkt für die „neuen Heilmasseure“.

Massage-Grundausbildung

für die Teilnahme zur Ausbildung in Sportmassage 2008

MODUL B

Unterrichtsfächer:

Theorie:

Biologische und medizinische Grundlagen:

Anatomie	30 UEH u.	50 EH-Heimst.
Histologie	10 UEH u.	10 EH-Heimst.
Physiologie	20 UEH u.	30 EH-Heimst.
Allgemeine Pathologie	10 UEH u.	15 EH-Heimst.
Vertiefende Pathologie	10 UEH u.	20 EH-Heimst.
Hygiene	10 UEH u.	10 EH-Heimst.

Erste Hilfe und
Unfallverhütung

15 UEH

Insgesamt

95 UEH u. 135 EH-Heimst.

Praxis:

Klassische Massage 100 UEH u. 20 EH-Heimst.

Insges. Theorie u. Praxis: 195 UEH u. 155 EH-Heimst.

Zulassungsvoraussetzungen für Modul B:

- 1) BAFL-Trainer, Sportlehrer, Lehrwarte
- 2) Absolventen eines Sportstudiums; Sportstudenten in Ausbildung nach Absprache mit dem Vorstand der VÖSM & ÖGS

- 3) Wellness- und Gesundheitstrainer mit abgeschlossener Ausbildung
- 4) Und ähnliche gesundheitsbezogene Ausbildungen nach Absprache mit dem Vorstand der VÖSM & ÖGS
- 5) Absolventen des Moduls A

Modul B wird mit einer mündlichen und schriftlichen Prüfung abgeschlossen und berechtigt alle positiv abgeschlossenen Absolventen zur Teilnahme an der Ausbildung in **Sportmassage bei der VÖSM & ÖGS.**

Kurskosten:

€ 1.400,- f. Mitglieder, € 1.490,- f. Nichtmitglieder (auch in Ratenzahlungen nach Vereinbarung möglich, bei Gruppenanmeldungen ab acht Personen ist eine Kursermäßigung möglich). Einzahlung auf das Konto der VÖSM & ÖGS bei der Raiffeisenbank 2346 Südstadt, BLZ 32 633, Kto.Nr. 219.188.

Termine: 1. Teil 10. – 11. Jänner 2009

(weitere Termine auf Anfrage)

ab einer Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen.

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Nähere Informationen bei der VÖSM & ÖGS:

Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401,

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Österr. Sporttherapie-Ausbildung

Modul D (nur für ausgebildete Sportmasseur der VÖSM & ÖGS!)

Die Sporttherapieausbildung ist eine aufbauende Zusatzausbildung zum/zur VÖSM & ÖGS Sportmasseur(in) und erfolgt in einem einjährigen Bildungsgang.

Ziel: Eine noch speziellere Ausbildung in Sporttherapie soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.

Ausbildung beginnt voraussichtlich 24. – 25. Jänner 2008, an 10 Wochenendterminen (1 Wochenendtermin pro Monat (Juli und August – Ferienzeit ausgenommen!))

Weitere Termine werden bis Ausbildungsbeginn noch bekanntgegeben.

Insgesamt 10 Wochenendkurse mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag und Sonntag von 08.30 bis 18.30 Uhr, anschließend 1 Samstag-Termin für die Abschlussprüfung.

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen, Teilnehmerlimit 30 Personen.

Kurskosten: 1.690,- für Mitglieder,
1.790,- für Nichtmitglieder
(auch in Ratenzahlungen möglich!)

Anzahlung 300,- oder Gesamtbetrag auf das Konto der VÖSM & ÖGS bei der Raiffeisenbank, 2346 Südstadt, BLZ 32633, Kto.Nr. 219.188.

Ort: SIAK-Bildungszentrum 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Anmeldung ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401

Sollte die Mindestteilnehmerzahl bis Ende Oktober 2008 nicht erreicht werden, verschiebt sich der Ausbildungsbeginn um jeweils ein Monat bis zum Erreichen dieser 15 Personen.

Änderungen vorbehalten!

Sämtliche Unterrichtsfächer sind im Internet unter www.sportphysiotherapie-sportmassage.at abrufbar.

Deeehen

Therapie für Ärzte – Physiotherapeuten – Masseur – Trainer – Lehrer – auch zur Selbstbehandlung

1. Manuelles Dehnen, Selbstbehandlung

Die Behandlung durch manuelle Dehnung ist relativ einfach und bei korrekter Anwendung gefahrlos. Ihre rasche Wirksamkeit ist für Patienten und Therapeuten gleichermaßen befriedigend. Jeder Sportler, Betreuer, Trainer, Therapeut und Arzt sollte sie in ihren Grundzügen beherrschen, denn Dehnen ist mehr als nur Lockerung eines Muskels.

Muskuläre Verspannung ist Ausdruck gestörter Regulationsmechanismen, welche über die Bahnen des Nervensystems den Bewegungsapparat steuern. Dehnen bedeutet Unterbrechung der Störung der Motorik und damit Verbesserung der Durchblutung und des lokalen Stoffwechsels.

Über den Muskelstoffwechsel sollte man Folgendes wissen:

A. Zur Repolarisierung, das heißt Öffnen der Gefäße bei der Dehnung zur Entspannung des Muskels, ist Energie und Kalium wichtig. Ein übermüdet Muskel ist daher nicht schlaff und locker, sondern kurz und hart. Linderung schafft die Durchblutungsverbesserung durch Öffnung der Gefäße bei der Dehnung.

B. Auch beim langsamen Steigern der körperlichen Belastung, wie beim Warmlaufen, kommt es in den ersten Minuten zur Übersäuerung des Organismus, da die Bereitstellung der Energie in der Muskelzelle anfangs anaerob ohne Sauerstoff mit Milchsäurebildung (Laktat) einhergeht. Erst wenn Kreislauf und Stoffwechsel nach einigen Minuten in Gang gekommen sind, wird Energie durch den Zuckerabbau mit Sauerstoff aerob gewonnen.

2. Kontrolliertes Dehnen

Richtiges Dehnen von Muskeln oder Muskelgruppen erfordert eine richtige Ausführung. Deshalb ist bei Dehnübungen folgendes zu beachten:

- eine sichere Ausgangs- und Endstellung,
- die bestmögliche Dehnung von Muskeln oder Muskelgruppen auf eine schonungsvolle und kontrollierbare Art und Weise,
- eine schonende Dehnung für die berührten Gewebe,

- es sollten so wenig Hilfsmittel wie möglich erforderlich sein,
- Die Übungen sollten überall und jederzeit ausgeführt werden können.

Warum wird ein Muskel zu kurz?

- durch schwere Arbeit oder hartes Training,
- durch schlecht koordinierte Bewegungen,
- durch schlechte Körperhaltung,
- durch Inaktivität,
- durch einseitige Bewegungen,
- durch Verletzungen und Schmerzen.

Wie merken Sie, dass ein Muskel zu kurz geworden ist?

Symptome: Steifheit, Müdigkeit und Unsicherheit, Bewegung kann Schmerzen verursachen, sie können einen Krampf bekommen. ►

Fortbildungsseminar Manuelles Dehnen

Selbstmobilisation nach Dr. E. Lanz, Graz

Kontrolliertes Dehnen

nach Olaf Evjenth u. Dr. Jern Hamberg, Schweden

Therapie für Ärzte – Physiotherapeuten – Masseur –
Trainer – Lehrer – auch zur Selbstbehandlung

Termin: 9. – 10. Mai 2009

Kurszeiten: Samstag und Sonntag
jeweils von 09.00 – 18.00 Uhr (insgesamt 20 UE)

Referent: Regierungsrat Kurt Waltl, Sportphysiotherapeut/Masseur, staatl. gepr. Trainer für allgemeine Körperausbildung und Kondition, staatl. gepr. Tennislehrer, Davis-Cup- und FED-Cup-Betreuer

Kursort: Bildungszentrum SIAK-Traiskirchen,
2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Kurskosten: für Mitglieder der VÖSM & ÖGS € 240,-,
für Nichtmitglieder € 290,-

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop-Platz 1.
Tel. 02236/865875 oder 02236/26833/400 – Fax 401

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at



Kurt Waltl in Aktion: Manuelles und Kontrolliertes Dehnen

Allgemeine Regeln bei der Behandlung zu kurz gewordener Muskeln:

Die Gelenke müssen sich immer normal bewegen lassen, bevor sie anfangen zu Dehnen. Die Anspannung soll man in den Muskeln spüren und nicht in den Gelenken.

Verschiedene Formen des Geschmeidigkeitstrainings: Viele Menschen haben sich aufgrund falschen Trainings Verletzungen zugezogen. Meistens weiß man nicht, wie wichtig es ist, ein Kraft- und Ausdauertraining mit einem Geschmeidigkeitstraining – Dehnungsübungen – abzuschließen. Je härter ein Krafttraining ist, desto steifer können Muskeln werden und desto eher sind sie von Schäden betroffen. Umso mehr Dehnen ist notwendig.

Im Prinzip gibt es hauptsächlich zwei Dehnungsmethoden:

- Schnelle, kraftvolle Dehnungen (ballistische Dehnungen)
 - Kontrollierte, stufenweise Dehnungen (Stretching).
- Die ballistische Dehnung wird lebhaft ausgeführt, um die Beweglichkeit zu steigern.

„Kontrolliertes, stufenweises Dehnen“ (zusammenziehen – entspannen – dehnen) bedeutet, dass man den Muskel zuerst spannt, danach entspannt und schließlich stufenweise dehnt. Wissenschaftliche Versuche haben gezeigt, dass diese Dehnung der ballistischen Dehnung überlegen ist.

Die neuen Heilmasseure

Erlebnisbericht. Eindrücke von der Ausbildung

Am 6. September dieses Jahres begann für 14, teils medizinische, teils gewerbliche Masseure der Ernst des Lebens. Wir fanden uns um acht Uhr früh in Traiskirchen bei der SIAK ein, wild entschlossen und voll motiviert innerhalb eines Jahres unseren Heilmasseur zu absolvieren.

Auch wenn nicht für alle die Anreise auf Anhieb geklappt hat, hingefunden haben wir dann doch noch. In unserem ersten Modul lernten wir uns erst einmal kennen und klärten das Organisatorische mit unserem Kursleiter Fritz Stranz ab. Nachdem das abgeschlossen war, ging es auch schon zur Sache. Die ersten Stunden verbrachten wir mit Dokumentation und am nächsten Tag ging es mit Patiententransfer und Gehhilfen weiter.

In den folgenden Modulen absolvierten wir Fächer und Prüfungen wie Physik, Berufsethik, Hygiene, Erste Hilfe und Recht, damit wir uns nach sehr gut bestandenen Prüfungen nun voll auf Anatomie bei Dr. Wilde und die Massagetechniken konzentrieren können.

In nächster Zeit werden wir noch einige interessante Sachen erleben, wie zum Beispiel einen dreitägigen Besuch im anatomischen Institut in der Währinger Straße, wo wir unser theoretisches Wissen an praktischen Beispielen testen können.

Ein weiteres Highlight in diesem Ausbildungsjahr wird der Vienna City Marathon im April 2009 sein, wo wir unser praktisches Können an den Sportlern anwenden werden.

Kathi Vokroj



Die angehenden Heilmasseure

Die Holleis-Methode®

Leben ist Bewegung! Diese Erkenntnis erfolgreich umgesetzt sichert dem Menschen den Zugang, wieder mit all seinen Sinnen den Augenblick bewusst wahrnehmen zu können.

Um im Hier und Jetzt bewusst leben zu können, ohne Verwässerung aktueller Situationen durch bereits vergangene Erlebnisse, braucht der Mensch den 6. Sinn, d. h. eine funktionierende Lichtphotonenabstrahlung.

Die Holleis-Methode®

Der Österreicher Alexander Holleis hat durch langjährige Eigenerfahrung in Extremsituationen mit der Natur begonnen, Bewegungsabläufe in ihrer Funktion zu reflektieren und zu optimieren und gibt diese Erkenntnisse nun in Form von Beratungen und Seminaren weiter.

Die Holleis-Methode® ermöglicht dem Menschen, seine ursprünglichen Schaltpläne zu aktualisieren bzw. wiederherzustellen. Im Laufe des Lebens entstandene Defizite können durch Informationsbewegungen wieder dem Unbewussten zugänglich gemacht werden. Dadurch kann der universelle „Bauplan“ aktualisiert werden. In der Folge werden automatisch die Lichtphotonenabstrahlung (= 6. Sinn) sowie das periphere Sehen und die optimale Bewegungskoordination aktiv.

Die Technik

Der menschliche Körper sendet Lichtphotonen aus, um sich in seinen Bewegungsabläufen optimal orientieren zu können. Fällt dieser von Natur aus angelegte Mechanismus aus, kommt es zu Einschränkungen in den Bewegungsmustern. Der Körper schaltet auf Kompensationsprogramme um. Dadurch sind das periphere Sehen und die optimale Bewegungskoordination eingeschränkt. Wir werden ungeschickter in der Bewegung z. B.: man stößt wo an, ein Glas fällt um, wird verschüttet etc.

Das Interface ist die Schnittstelle im Bindegewebe des Gelenks-Bereichs, wo feinstoffliche Energien zur physischen Materie weitergeleitet werden. Durch Bewegungsinformationstechniken und mittels kinesiologischer Muskeltests wird überprüft, ob die Schnittstelle in ihrer Funktion ist. Das heißt, es wird festgestellt, ob feinstoffliche Energien in ihrer Funktion aktiv sind wie z. B.:

- die Levitationskraft als Gegenspieler der Schwerkraft,
- die Lichtphotonen = der 6. Sinn, die der Körper abstrahlt, um Materie zu berühren, zu registrieren und an das Gehirn weiter zu schalten,
- universelle Energie = Lebensenergie bzw. Chie, die am Körper auftrifft, um ihn zu durchfließen,
- Energie, die eine Resonanz mit dem morphogenetischen Feld herstellt. Dadurch ist Telepathie möglich.

Ziel der Holleis-Methode®

ist es, wieder eine funktionsfähige Lichtphotonenabstrahlung herzustellen, damit der Mensch die optimale Bewegungskoordination sowie das periphere Sehen wieder zur Verfügung hat. Um dieses Ziel umsetzen zu können ist es hilfreich, die zugrunde liegenden Körperfunktionen zu kennen. Der menschliche Körper strahlt immer Lichtphotonen ab, die auf die ihn umgebende Materie auftreffen. Daraufhin wird eine Rückkoppelung zum Bindegewebe hergestellt – das so genannte Interface. Dieses sendet wiederum ein physisches Signal zum Gehirn aus, welches weitergeleitet wird zum Endverbraucher Muskulatur. Dadurch werden unsere Bewegungsabläufe ermöglicht. Technisch beschäftigt sich die Holleis Methode damit zu



Alexander Holleis, Kinesiologe, Wellnesstrainer, Entwickler der Holleis-Methode

überprüfen, ob die Schnittstellen im Bindegewebe einwandfrei arbeiten d. h. in ihrer Funktion aktiv sind oder nicht.

Folgende Ursachen, die auf Fehleinschätzungen im Jetzt beruhen, können die Funktion der Lichtphotonenabstrahlung (Schnittstellen = Interface) beeinträchtigen:

- körperliche Überbelastung,
- mentale bzw. emotionale Überforderung,
- zu wenig Flüssigkeit im Körper,
- nicht verarbeitete physische bzw. psychische Stressreaktionen (= im Gewebe gespeicherte Überlebensreflexe),
- aktuelle Überlebensreflexe zur Absicherung der Existenz. ▶

Überleben funktioniert nur, wenn der Mensch bestimmte Funktionen in der Bewegung aufrechterhalten kann (aus archaischer Sicht z.B.: Flucht vor dem Löwen). Das System setzt immer Prioritäten für Bewegung, da nur Bewegung, die im Jetzt ausgeführt werden kann aus urarchaischer Sichtweise das Überleben ermöglicht. Dadurch wird automatisch ein Kompensationsprogramm installiert.

Kompensationsprogramme treten immer nur dann auf, wenn man im Jetzt überfordert ist bzw. einer Fehleinschätzung der Realität unterliegt. Dadurch stehen natürliche Reaktionsmechanismen nicht mehr zur Verfügung.

Das Originalprogramm wird im Augenblick der Belastung (= früher Bedrohung durch Löwen) mit dem Kompensationsprogramm (= Überlebensmodus) überlagert. Zusätzlich wird im Überlebensmodus das Bewusstsein für das Hier und Jetzt, die Wahrnehmungsfähigkeit (= Lichtphotonenabstrahlung) das periphere Sehen sowie die Bewegungskoordination eingeschränkt.

Tritt im Augenblick eine zur ursprünglichen Situation ähnliche Begebenheit auf, wird automatisch der Überlebensmodus wieder installiert, ohne dass der Mensch bewusst oder logisch eingreifen könnte. Verletzungen oder Fehler passieren oft aus dem Grund, weil die Lichtphotonenabstrahlung und damit auch das periphere Sehen und die Bewegungskoordination eingeschränkt sind.

Im Überlebensmodus (= Kompensationsprogramm) muss das Gehirn mit seinen fünf Sinnen mehr aktiv sein. Dadurch ist unsere Kapazität an Bewusstsein eingeschränkt, weil der 6. Sinn nicht zur Verfügung steht.

Zusammenfassend könnte man sagen, dass der Mensch vom universellen „Bauplan“ aus gesehen von Geburt an perfekt gebaut ist. Stress und Überlastungen führen zu Fehlschaltungen. Es kommt zu Fehlinformationen unserer physischen Antennen (= Lichtphotonenabstrahlung). Der „Schaltplan“ wird verändert. Unsere natürlichen Sensoren verlieren ihre Sensibilität.

Mit der Holleis-Methode® ist es möglich, eine Momentaufnahme zu machen, um dabei festzustellen, ob eventuell noch Kompensationsprogramme aktiv sind, die für das Hier und Jetzt nicht mehr notwendig wären. Durch die Anwendung von Bewegungsinformationstechniken schaltet das Kompensationsprogramm wieder auf den universellen, optimalen Schaltplan zurück. Alles ist wieder aktiv. Die abstrahlenden Lichtphotonen, das periphere Sehen und die Bewegungskoordination sind wieder optimal nutzbar. Die Informationen im Hier und Jetzt werden nicht mehr durch Vergangenes verfälscht.

Die Holleis-Methode® dient ausschließlich der Prophylaxe bzw. Gesunderhaltung. Sie ist weder als Diagnose- noch als Heilbehandlung entwickelt worden.

Alexander Holleis

- Kinesiologe und Wellnesstrainer
- Entwickler der Holleis-Methode und Interface Aktivierung,
- Leiter des Zentrums für Körper und Bewusstseinstraining

Durch 15jährige kreative Tätigkeit als Berater für Körper, Geist und Seele und der jahrelangen Anwendung unterschiedlicher Methoden wie

- TFH,
- Neuralkinesiologie,
- Psychokinesiologie,
- Edu-Kinestetik,
- Neural-Organisations-Technik,
- Neurostrukturelle Integrations Technik,
- Hyperton X,
- SIP,
- Blueprint,
- Three in One Concept,
- Chironic Healing,
- Spiral Dynamik,
- Sport-Kinesiologie,
- Neuro-Meridian-Kinesiologie,
- Dorn Methode,

hat sich eine erfolgreiche Synthese herauskristallisiert:

Die Holleis-Methode®

ermöglicht, das Interface zu balancieren. Damit wird die unbewusste Lichtphotonenabstrahlung wieder optimiert, um das Leben bewusster zu erfahren. Die Holleis-Methode ist eine Hilfe zur Selbsthilfe für Menschen, die den Alltag vitaler erleben wollen – im sozialen Umfeld, in der Familie, mit dem Partner, den Kindern, in Beruf, Schule, bei sportlichen Aktivitäten wie Hobby- oder Leistungssport.

Die Holleis-Methode unterstützt professionelle Therapeuten, Berater, Trainer, Führungskräfte, Lehrer etc. sowie Vereine, Firmen und diverse Gruppen bei ihrer Arbeit.

Vom Stress in die Balance

Wer hat nicht schon einmal sein körperliches und emotionales Gleichgewicht verloren? Stress und Überbelastung – egal ob körperlich oder emotional – belasten uns allerdings nicht nur im Moment, sondern werden im Bindegewebe und in den Gelenken gespeichert. Bei ähnlichen stressbeladenen Situationen werden diese Muster durch das Unterbewusstsein immer wieder aktiviert.

Diese Erlebnisse verändern mit der Zeit den „gesunden Bau- und Schaltplan“, mit dem wir für diese Welt ausgestattet wurden. Die Folgen daraus können zum Beispiel noch mehr Stress im Stress, Energie + –, Motivationslosigkeit, sowie Verspannungen sein.

Die Holleis-Methode® ist darauf ausgerichtet, diese Fehlschaltungen im „Bau- und Schaltplan“ aufzuspüren und zu korrigieren.

In diesem Seminar der VÖSM & ÖGS erfahren Sie, wie Sie in einer Einzelberatung davon profitieren um wieder in Ihre persönliche Balance, also zum „ursprünglichen Bauplan“ zurückfinden zu können. ▶

Es sind VertreterInnen der Gesundheitsberufe angesprochen, genauso wie Neueinsteiger, die sich für eine gesundheitsorientierte Ausbildung interessieren. Die Holleis-Methode® ist international als kinesiologische Ausbildung anerkannt.

Mit dieser Methode werden im Leistungs- und Freizeitsport speziell im Ski- Snowboard- und Fußballbereich bereits mess-, und sichtbare Erfolge erzielt.

Auch Marc Janko, der Torjäger von Red Bull Salzburg, lässt sich von Herrn Holleis „balancieren“ und lässt seine Wahrnehmungsenergiefähigkeit überprüfen, um das Gefühl für Raum und Ball zu verbessern.

Fortbildungsseminar Die Holleis-Methode®

Grundkurs

Seminarinhalte: Die Seminare beinhalten die Essenz aus meiner langjährigen Ausbildung und Erfahrung durch die Arbeit mit Klienten und Sportlern.

Ziel ist es, die Optimierung der unbewussten Lichtphotonenabstrahlung = „6. Sinn“ wiederherzustellen, um dadurch die Bewegungskoordination und das periphere Sehen des Menschen zu steigern. Das so genannte „Bauchgefühl“ wird wieder installiert.

Die Holleis-Methode beginnt mit der Bewegungsinformationstechnik am Interface (= Schnittstelle im Bindegewebe), wo feinstoffliche Energien z. B.,

- Levitationkraft = Gegenspieler der Schwerkraft, aktiv ist.
- Lichtphotonen = „6. Sinn“, die der Körper abstrahlt, um Materie zu berühren, zu registrieren und an das Gehirn weiterschaltet.
- universelle Energie (Lebensenergie) die am Körper auftritt, um ihn zu durchfließen.
- Energie, die eine Resonanz mit dem morphogenetisch Feld herstellt (dadurch ist Telepathie möglich). usw.,

umgesetzt werden.

An unterschiedlichen Muskeln des jeweiligen Gelenks wird eine mögliche Fehlschaltung kinesiologisch getestet. Durch einfache Informationstechniken werden Kompensationsprogramme, welche die Fehlschaltung verursachen, mit dem Klienten mental und energetisch erarbeitet.

Termin: 25. – 26. April 2009

Referent: Alexander Holleis (siehe Seite 12)

Ort: SIAK-Bildungszentrum 2514 Traiskirchen, Akdademiestr.3

Kurskosten: Für Mitglieder der VÖSM & ÖGS € 220,-, für Nichtmitglieder € 270,-

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop-Platz 1. Tel. 02236/865875 oder 02236/26833/400 – Fax 401

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Fortbildungsseminar Tuina Praktik (Chinesische Manuelle Anwendung)

mit Bernhard Forsthuber

Tuina Anmo ist die Urform aller Massagen. Die Anfänge der Tuina, ebenso wie die der Akupunktur, liegen mehr als 5000 Jahre zurück. Sie stellt einen Teil der TCM dar. Aufbauend auf einer lebendigen Tradition hat sich die Tuina ständig weiterentwickelt und in der heutigen Zeit als professionelle Therapie etabliert. Will man Tuina kurz und einfach erklären, so lässt es sich wohl am besten als eine einfühlsame, leicht erlernbare und sehr wirkungsvolle Arbeit am Körper beschreiben. Sie wirkt unmittelbar durch die Kombination von Grifftechniken auf den gesamten Haut-, Muskel-, Sehnen- und Knochenapparat. Sie löst Blockaden und somit Schmerzen auf. Aus chinesischer Sicht beruht jede Art von Schmerz in erster Linie auf einer Dysbalance und Blockade von Qi oder Blut auf Grund von Kälte, Hitze, Schleim. Tuina regt den Blut- und Energiekreislauf an und verbessert die Funktion der Gelenke. Das Ziel ist eine schmerzfreie Aufrichtung und Bewegungsfreiheit.

Tuina Praktik. Die Tuina als Therapie hat sich im östlichen Kulturkreis unter den dortigen Gegebenheiten entwickelt. Wir, im westlichen Kulturkreis, bringen andere Voraussetzungen, Klimaeinflüsse, Nahrung und Verhaltensweisen mit. Die Tuina Praktik bindet das Wissen aus dem Osten an die Bedingungen des Westens an und stimmt die Erkenntnisse der Tuina auf unsere Lebensweise ab. Tuina Praktik setzt genau bei Dysbalancen an, hilft, die ins Ungleichgewicht geratenen Körpersysteme auszugleichen und unterstützt den Organismus darin, seine Funktionen wieder in vollem Umfang wahrzunehmen.

Tuina Praktik ist Bewegung und Berührung. Über das bloße Erlernen von Techniken hinaus weist Tuina Praktik aber auch den Weg zu einer umfassenden Persönlichkeitsentwicklung. Durch regelmäßige Behandlung mit Tuina Praktik kommt es zu Zustandsverbesserungen und Empfindungstraining. Die Sensibilität für den eigenen Körper erhöht sich, Schmerz wird früher wahrgenommen und kann rechtzeitig behandelt werden.

Termine: Tuina Praktik GK I 24. – 25. Jänner 2009

Tuina Praktik GK II 14. – 15. Febr. 2009

Tuina Praktik GK III 07. – 08. März 2009

Tuina Praktik PP 18. – 19. April 2009

Referent: Bernhard Forsthuber, Trainer für Tuina Praktik und Physikopraktik

Kurszeiten: Donnerstag 9.00 Uhr – 17.00 Uhr bis Sonntag 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kursort: SIAK Bildungszentrum Traiskirchen

Kurskosten: € 440,- für Mitglieder, € 500,- für Nichtmitglieder, inkl. Skripten

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS



Golf-Physio-Trainer® Originalkurse

in Kooperation mit



Ausbildung zum GOLF-PHYSIO-TRAINER® - DAS GOLFSPEZIFISCHE AUSBILDUNGSKONZEPT FÜR DIE ZUKUNFT in Kooperation mit Berufskollegs und Verbänden A-VÖSM / ÖGS

GOLFSPEZIFISCHE BIOMECHANIK

Nach den Erkenntnissen "der präventive, biomechanisch optimierte Golfschwung" in praktischer und leicht verständlicher Form

Christian Haid, Ass. Prof. Mag. Dr. (A)

Medizinische Universität Innsbruck
Leiter der Biomechanik an der Orthopädie
Preisträger des Volvo Award on Low Back Pain 1996

GOLFTECHNIK

Der individuelle rückschonende Golfschwung

Golf-Professional

Golflehrer

3D-GOLFPOWER ÜBUNGEN

Aus der Erfahrung d. DOSB-Sportphysiotherapie, ATP und PGA Health Center/Ponte Vedra (USA/FI.)

GOLFSPEZIFISCHE ANATOMIE

Prävention-Beratung-Behandlung von golfspezifischen Beschwerden, Verletzungen, Golf mit körperlichen Handicaps und nach OP's

Dieter Hochmuth mit SportMed-Prof Team (D)

Sportphysiotherapie des DOSB
Golf-Physio-Trainer®- Gründer, Head Instructor
fundierte Erfahrung im Amateur- und Profisport
Fußballbundesliga, ATP-Tour, Golf

INT. GESCHÜTZTES LOGO

Lizenznahme möglich



© by Golf-Physio-Trainer.eu

KURSTERMIN GOLF-PHYSIO-TRAINER 2009 IN ÖSTERREICH: 14. - 17.05.2009 A- Linz Olympiazentrum

Ausführliche Kursinformation unter www-Golf-Physio-Trainer.eu

und www.sportphysiotherapie-sportmassage.at

ANMELDUNG UNTER

Vereinigung Österr. Sportmasseure u. Sporttherapeuten & Österr. Gesellschaft für Sportphysiotherapie

(VÖSM & ÖGS) A- 2344 Ma. Enzendorf-Südstadt, Johann-Steinböck-Strasse 5, Tel.+Fax: ++43 (0) 2236-865875

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at Website: www.sportphysiotherapie-sportmassage.at

...aus der Praxis für die Praxis !

- Workshop's und wissenschaftlich fundierter Unterricht
- wir betreuen Sie auch nach dem Kurs: monatlicher Wissenstransfer per E-Mail für (Liz.)

Zwei Beispiele von 14 Lehrtafeln



Der Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich

Wirbelsäulen-Inspektion. Jede Fehlstellung des Beckens wird zwangsläufig muskuläre Verspannungen zur Folge haben

Bei der Behandlung von Patienten, ungeachtet dessen, welcher Fachrichtung der Behandler angehört (ob Psychiater, Internist oder Masseur), wird man mit unterschiedlichen Krankheitsbildern konfrontiert. Dabei stoßen Behandler sehr häufig auf mechanische Störungen im Skelettbereich. Dabei können sich durch Verlagerungen der Wirbelsäule und angegliederte Funktionseinheiten Krankheitsbilder aus verschiedenen Bereichen ergeben. Häufig ist eine starke statische Gefügestörung der Wirbelsäule zu beobachten. Der aufmerksame Behandler wird sein Augenmerk bei allen ihm anvertrauten Patienten auf die Wirbelsäule richten und dabei fast immer feststellen, dass das statische Gefüge der Wirbelsäule günstig beeinflusst werden kann. Wer bedenkt, dass das Nervensystem, peripher und zentral, reflektorisch von den geringsten Störungen im Bereiche der Wirbelsäule beeinflusst wird, der wird rasch die Wichtigkeit von Inspektion im Bereiche der Wirbelsäule im Rahmen einer umfassenden und ganzheitlich orientierten Behandlung erkennen.

Auf der Suche nach einer möglichst reizlosen, und vor allem für die Gelenke belastungsfreien Bewe-

gungstherapie bin ich 1979 einerseits auf Willi Penzel, den Begründer der „Akupunkt-Massage“ nach Penzel und andererseits auf Ch. F. Horn, dem Begründer der „Dynamische-Wirbeläulen-Therapie“ gestoßen. Nach 20-jähriger Arbeit mit diesen beiden Methoden wurde das Therapiekissen NMT*) und damit das Behandlungskonzept WBA „Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®“ entwickelt. Die beiden bereits genannten Methoden wurden verfeinert, weiter entwickelt und zu einer Einheit verschmolzen, sowie ergänzend die Forschungserkenntnisse vor allem von Dr. Paul Nogier, dem Begründer der Aurikulo-Therapie (Ohrakupunktur), in das Behandlungskonzept eingeflochten.

Das Therapie-Kissen NMT*) vereint die Vorzüge des Bewegungsbades mit seiner Auftriebskraft, sowie des Schlingentisches mit indirekten und gezielten Mobilisations-Möglichkeiten. Nach einer solchen Behandlung kann die Körpergrößenzunahme mit dem Messband kontrolliert werden. Differenzen vor und nach der Behandlung betragen nicht selten bis zu zwei Zentimetern, was auf die Regenerierbarkeit der Bandscheiben zurückzuführen ist. ►



Dehnen der Wirbelsäule

Ein statisch-dynamisch-energetisches Behandlungskonzept

Um die Statik des menschlichen Skelettes besser verstehen zu können, müssen drei physikalische Prinzipien berücksichtigt werden:

- Das Kreuzbein bildet den Mittelpunkt der gesamten Statik im Skelett.
- Das Lot bildet die Richtschnur, wonach sich die ganze Wirbelsäule richten muss.
- Das statische Gerüst bildet so eine Funktionseinheit.

Eine Abweichung des Kreuzbeines aus der Horizontalen bedingt eine kompensatorische Abweichung der Wirbelsäule aus dem Lot mit einer s-förmigen Seitenverbiegung, der Skoliose. Der Rumpf mit der ihn aufrecht haltenden Wirbelsäule, dem Brustkorb und dem Becken ist mehr als in einer Hinsicht das Zentrum verschiedener Geschehen im menschlichen Organismus. Die Fehlstatik ist oft ursächlich oder zumindest verstärkend verantwortlich für Symptome oder Schmerzzustände wie Halluxvalgus, Ischialgie, Lumbalgie, Cervical-Schulter-Arm-Syndrom, Intercostal neuralgie und anderen Gelenkaffektionen verschiedenster Lokalisation bis hin zu psychischen Störungen.

Die Aufgabe des Skelettes, den Körper gegen die Schwerkraft zu halten, kann es nur bewältigen, wenn es im Lote steht und die Wirbelsäule – ähnlich einer Mastenkonstruktion bei einer Segeljacht – beim Gehen symmetrisch um das Lot herum schwingen kann. Ist das nicht der Fall, können sich alle Gelenke von der Scheitel bis zur Sohle verkanten, was nicht nur zu erhöhten Abnutzungserscheinungen in den betroffenen Gelenken führt, sondern über die in der Folge gestörten Spinalnerven, sowie Nerven des autonomen Nervensystems (Sympathikus, Parasympathikus) außerhalb des Bewegungsapparates zu Fehlfunktionen führen kann. Betrachtet man das Becken von der Seite, so befindet sich die seitliche Achse (transversale) in der Mitte des Iliosakral-Gelenkes. Hier befindet sich also der Drehpunkt – das Zentrum. Bei einem Rad befände sich hier die Nabe. Die Hüftgelenkspfanne liegt jedoch außerhalb des Zentrums mit einem Abstand von ca. 6–7 cm Entfernung. Weicht das Kreuzbein aus seiner horizontalen Lage ab, so ist eine dreidimensionale Abweichung möglich. Da die Fehlhaltung in der Regel mit einem Bein kompensiert wird, kommt es zu drei grundsätzlichen Haltungstypen, wobei die Mischformen vorherrschen.

Es sind dies:

- Beckenneigung zur Seite des kürzeren Beines.
- X-Bein-Stellung auf der Seite des längeren Beines.
- Spitzfuß-Stellung auf der Seite des kürzeren Beines.

Auswirkungen auf die Gelenke

Nicht nur die Hüft- und Kniegelenke werden punktuell belastet, sondern viele Gelenke des menschlichen Körpers verdrehen und verkanten sich, womit diese disponiert sind, beispielsweise eine „Arthrosis deformans“ zu entwickeln. Diese Dispositionen sind leicht an frühzeitigen Einschränkungen der Gelenkbeweglichkeit zu erkennen. Das Hüftgelenk als Beispiel ist bei jedem Schritt in der Lage, das siebenfache des Körpergewichtes mit seiner großen Gelenkfläche zu tragen. In der Folge des Beckenschiefstandes hat es nun nur noch eine verkleinerte Kontaktfläche, auf dem die ganze Last liegt. So wird die Knorpelschicht schlussendlich zerstört. Auch Bänder und Gelenkapseln werden asymmetrisch gedehnt bzw. schrumpfen mangels adäquater Dehnung. Die nun freiliegenden Nerven der Knorpelschicht schmerzen unerträglich und so belastet nun der Betroffene das andere Bein, bis auch dort der Schmerz unerträglich wird. Man spricht von einer funktionellen, nicht von einer anatomischen Beinlängendifferenz. Beachtenswert ist, dass ein sehr großer Anteil aller Beinlängendifferenzen



Rolf Ott: Dehnen der Schulter

auf eine Fehlstellung des Beckens zurückzuführen ist und sich problemlos korrigieren lässt.

Amerikanische und kanadische Wissenschaftler haben nach umfangreichen Untersuchungen festgestellt, dass sich der gesunde Gelenkknorpel alle 200 Tage erneuert. Ein Gelenk funktioniert nur dann „reibungsfrei“, wenn die 0,2 bis 0,6 mm dicke Knorpelschicht über den Gelenkköpfen gesund ist. Der Knorpel, der „Stoßdämpfer“ für den gesamten Bewegungsapparat, wird nicht über die Blutgefäße, sondern durch die Gelenkflüssigkeit (Synovialis) ernährt. Die Knorpelschicht erhält nur dann ausreichend Nahrung, wenn die Flüssigkeit gleichmäßig im Gelenk verteilt wird, was nur bei einer korrekten Beckenstatik möglich ist. Diese Verteilung der Gelenkflüssigkeit geschieht durch Bewegung. Ein Mangel an Bewegung, oder inkongruente Gelenkflächen, bedeuten keine ausreichende Nahrungszufuhr für den Knorpel. Im Stehen werden die Knorpelschichten der Gelenkflächen gleichmäßig ausgepresst und im Ruhen (Sitzen, Schlafen)

saugt das Knorpelgewebe seine Gewebsflüssigkeit und damit seine Nährsubstanzen auf. Der Wechsel zwischen Druck, Bewegung und Entlastung stellt den Mechanismus der Knorpelernährung dar. Sind die Gelenkflächen durch einen Beckenschiefstand nicht mehr gleichmäßig belastet, wird in den überlasteten Gelenkflächen einerseits die Nährsubstanzaufnahme beeinträchtigt und andererseits dieselbe Fläche enorm überlastet. Es wurde bereits dargelegt, dass die Bewegung und gleichmäßige Belastung der Gelenkflächen wesentliche Faktoren der Zuführungskette der Nährstoffe zu den Knorpelzellen darstellen. Findet nun aber keine ausreichende Bewegung und Korrektur der Skelettstatik statt, werden zwangsläufig keine oder zu wenig Nährstoffe an den Knorpel herangeführt. Dieser kann sich dann nicht in der notwendigen Weise erneuern. Die Folge: Die Knorpelzellen werden alt, verlieren nach und nach an Wasser und werden spröde. Bei gelegentlich hoher Belastung – zum Beispiel beim Springen – lösen sich aus dem spröden Knorpel kleine Teilchen heraus. Sie können bei jeder Bewegung des Gelenkes zwischen den Gelenkflächen gewissermaßen vagabundieren und wirken dann unter Belastung des Gelenkes wie Sandkörnchen. Sie rauhen die Gelenkflächen auf. Das ist der Beginn einer Arthrose. Die rau gewordenen Gelenkflächen reiben bei jeder Bewegung immer stärker aufeinander. So schreitet die Arthrose fort. Aus den Gelenkflächen löst sich immer mehr Knorpelmasse, bis schließlich die Knochenhaut freigelegt wird. In weiteren Stadien wird dann der Knochen selbst angegriffen. Wir wissen, dass in der Knorpelmasse die Knorpelzellen, die Chondrozyten in großer Zahl verteilt sind. Durch den Verlust der Knorpelmasse gehen automatisch auch die in ihr vorhandenen Knorpelzellen verloren. Die „Fabrik“ für die Herstellung neuer Knorpelmasse stellt dann früher oder später ihren Dienst ein. Ohne Knorpelmasse gibt es keine Knorpelzelle mehr, um die Knorpelmasse zu erneuern. Knorpelzellen bilden sich nur während der Pubertät und müssen ein ganzes Leben lang ausreichen.

Solange noch Knorpelmasse vorhanden ist, gibt es nur einen Weg, das Problem in den Griff zu bekommen. Wichtig dabei ist die belastungsfreie, passive Bewegung der Gelenke, sowie die entsprechende Korrektur der Beckenstatik, wie das mit dem „Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®“ gewährleistet wird, damit der Prozess des Knorpelabbaus gestoppt wird. Parallel dazu muss immer auch über die Akupunkt-Massage der Energiefluss ausgeglichen und im Fließgleichgewicht gehalten werden. Damit wird der Gesamtstoffwechsel unterstützt und genügend Nährstoffe dem Blut zugeführt und damit im speziellen der Stoffwechsel im Gelenk verbessert. Nur dann sind die noch verbleibenden Knorpelzellen in der Lage, soviel Knorpelmasse zu erzeugen, dass ein echter Regenerierungsprozess, eine Kongruenz von Gelenkflächen eingeleitet und beibehalten und Schlimmeres vermieden werden kann.

Auswirkungen auf die Muskulatur

Jede Fehlstellung des Becken wird zwangsläufig einerseits muskuläre Verspannungen zur Folge haben, andererseits wird es durch die Schonhaltung des Betroffenen wiederum zwangsläufig zu Muskelatrophien kommen.

Auswirkungen auf die Organe

Übermittler von Befehlen und Aktivitätsrückmeldungen vom Organ zum Gehirn und umgekehrt sind die Nerven des Vegetativums, die über das Rückenmark und die Zwischen-Wirbelkanäle (Spinalkanal) ihre Bahnen zu den Organen ziehen. Durch einen Beckenschiefstand hervorgerufene Wirbelfehlstellungen bedeuten immer Fehlsteuerung und Fehlversorgung der betroffenen Organe, da es im Bereich der Zwischenwirbelkanäle zu Einengungen mit Irritationen der Spinalnerven kommt. Jede Art von Skoliose, ob stark oder gering, kann sich auf das Vegetativum negativ auswirken. Es kann auch zu Schmerzen in den Dermatomen, Myotomen und Sklerotomen kommen.

Auswirkungen auf die Meridiane

Nach der Lehre der traditionellen chinesischen Medizin durchfließen Energien unseren Körper. Diese fließen auf ganz bestimmten Bahnen – den sogenannten Meridianen. Sie versorgen energetisch den ganzen Körper, beispielsweise Skelett, Muskulatur ▶

Fortbildungskursreihe Wirbelsäulen- Basis-Ausgleich®

nach Rolf Ott/CH

Ein natürliches und ganzheitliches Behandlungskonzept. Grundkurs in 3 Teilen.

Termine: Teil I: 27. – 29. März 2009
Teil II: 01. – 03. Mai 2009
Teil III: 08. – 10. Mai 2009

Die Kursblöcke können nur als Ganzes und in der vorgeschriebenen Reihenfolge des jeweiligen Kursblocks besucht werden.

Für alle Kurse gilt: 08.15 bis 18.00 Uhr

Kurskosten pro Kursteil: € 400,- für Mitglieder,
€ 420,- für Nichtmitglieder

Materialkosten: Schwingkissen, Therapiestift und Skript € 400,-, zu bezahlen direkt an Herrn Ott

Referent: Rolf Ott/CH, Masseur u. Heilpraktiker, Begründer dieser Methode und Leiter der Akademie für WBA, Dozent an der Europäischen Penzel Akademie
Kursort: Bildungsakademie SIAK, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop-Platz 1.
Tel. 02236/865875 oder 02236/26833/400 – Fax 401

E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at



bis hin zu Drüsen und Organen. Kommt es nun am Skelett an den Gelenksflächen durch Fehllhaltung zu Punktbelastungen, so entsteht an den Belastungspunkten ein erhöhter Druck. Diese betroffenen Zellgruppen nehmen also erhöhte Energie auf und stören so einen harmonischen Energiekreislauf. Der gestörte Energiekreislauf seinerseits stört nun wiederum die Versorgung anderer Körperregionen mit all seinen negativen Auswirkungen auf das Skelett, die Muskulatur, Organe und Drüsen etc. Dieser Teufelskreis kann mit dem Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® durchbrochen werden.

Die Anamnese

Hier bedienen wir uns nebst dem Gespräch mit dem Klienten eines Tast-, Sicht- und Funktionsbefundes, wobei dem Tastbefund der Ohr-Reflexzonen eine ganz besondere Bedeutung zukommt.

Der Ohr-Tastbefund

Es ist mehr als 30 Jahre her, seit Dr. med. Paul Nogier aus Lyon auf dem Akupunkturkongress in Marseille erstmalig über seine persönlichen Erfahrungen über Reflexzonen und Reflexpunkte in dem äußeren Ohr und in der Ohrmuschel berichtete. Von außerordentlichem Interesse ist die Feststellung von energetisch veränderten Punkten auf einer scheinbar gesunden Ohrmuschel. Beim gesunden Menschen ist die Ohrmuschel normalerweise schmerzlos. Tritt jedoch eine Energiefluss-Störung auf, findet man am Ohr schmerzhafte Punkte, die sich in einzelnen Fällen sogar von selbst bemerkbar machen.

Im Ohr spiegelt sich der gesamte menschliche Körper mit allen Einzelheiten. Die sehr hohe Empfindlichkeit der Ohrwandung gibt uns durch den Tastbefund in sehr kurzer Zeit die nötige Information und weist auf exakt zu lokalisierende Energiefluss-Störungen hin wie überlastete Gelenke, Bandscheiben, Zähne, Narben usw. Aber auch die optische Inspektion der Ohr-

muschel vermittelt sehr deutliche Hinweise über gestörte Korrespondenz-Zonen. An solche Zonen lassen sich Verfärbungen, Schuppenbildungen, Knötchenbildungen, Eindellungen und sogar Ulzera erkennen. Dieser Tast- und Sicht-Befund im Ohr zeigt dem Behandler sofort den Weg, wie der Klient behandelt werden muss.

Die Behandlung

Aus dem Bewusstsein, dass eine gestörte Statik immer den Energiekreislauf negativ beeinflussen wird und umgekehrt, soll der Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® immer mit einer Akupunkt-Massage verbunden werden. Die Behandlung beruht einerseits auf den Erkenntnissen der klassischen Akupunktur und andererseits auf den Erfahrungen westlicher Massage-, Dehn- und Bewegungs-Techniken. Mit diesem Behandlungskonzept ist es in relativ kurzer Zeit möglich, einen Beckenschiefstand in einer sehr sanften und angenehmen Art und Weise zu beheben, was bewirkt, dass das Skelett wieder im Lot und damit die Energien das Fließgleichgewicht wieder finden. Bei der Behandlung kommt einem speziellen Schwing-Kissen eine ganz besondere Bedeutung zu. Durch sanftes Schwingen des Klienten auf dem Kissen – der Klient befindet sich dabei in Bauchlage – kommt es in der Kombination von Schwingung und Dehnung zu einer optimalen Entlastung der Wirbelsäule, sowie zu einer Entspannung im ganzen Körper. Dabei werden alle Gelenke sehr sanft mobilisiert und die optimal entlasteten Gelenke, in erster Linie die der Wirbelsäule, und sogar ein Regenerieren der Bandscheiben bewirkt.

Rolf Ott





5. Auflage

HOLLMANN, STRÜDER

Sportmedizin

Grundlagen von körperlicher Aktivität, Training und Präventivmedizin

2008, Schattauer, ca. 768 Seiten
ISBN 978-3-7945-2546-1, ca. EUR 112,10

Die Sportmedizin erforscht erfolgreich krankheitsbegünstigende und leistungsmindernde Faktoren. Die Ergebnisse der Grundlagenforschung führen zu konkreten Empfehlungen für den (Hoch-)Leistungssport, aber auch für jeden einzelnen von uns. Vor dem Hintergrund einer erhöhten Lebenserwartung und der Zunahme von Zivilisationskrankheiten ist die praktische Umsetzung dieser Erkenntnisse unabdingbar.



MAYER, HERMANN

Mentales Training

Grundlagen und Anwendung in Sport, Rehabilitation, Arbeit und Wirtschaft

2008, Springer, 330 Seiten
ISBN 978-3-540-76351-2, EUR 36,-

Leistungsträger stehen häufig unter enormem Druck: In Stresssituationen müssen sie ihre maximale Leistung abrufen können. Doch wenn die Belastung zunimmt, fallen selbst gut eingeübte Handlungen plötzlich schwer oder misslingen sogar. Hier setzt Mentales Training an: Das psychologische Verfahren nutzt Vorstellungen, um Handlungsabläufe vorab durchzuspielen und hilft, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren!



3. Auflage

SPRING, DVORAK, DVORAK U.A.

Theorie und Praxis der Trainingstherapie

Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination

2008, Thieme, 317 Seiten
ISBN 978-3-13-107793-6, EUR 30,80

Reconditioning - die konsequent durchgeführte Trainingstherapie zur körperlichen Leistungssteigerung - gehört heute zur modernen Therapie des Bewegungssystems. Für das Erstellen erfolgreicher Trainingsprogramme lernen Sie die theoretischen Grundlagen zu den Inhalten Beweglichkeit, Energiebereitstellung, Kraft, Ausdauer und Koordination kennen.



POKAN, BENZER, GABRIEL U.A. (HG.)

Kompendium der Kardiologischen Prävention und Rehabilitation

2008, Springer, ca. 400 Seiten
ISBN 978-3-211-29134-4, ca. EUR 59,95

Die ambulante kardiologische Rehabilitation erzielt beachtliche Langzeitergebnisse. Inhaltliche Schwerpunkte im vorliegenden Kompendium sind neben der Pathologie und Epidemiologie, die Diagnose und Therapie von Herz-Kreislaufkrankungen. Einen ebenso wichtigen Stellenwert nehmen die Beiträge über umfangreiche rehabilitative Maßnahmen im Rahmen der Trainingstherapie, zur Ernährung und Psychokardiologie ein.



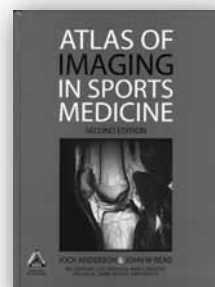
3. Auflage

AHONEN, LAHTINEN,
SANDSTRÖM U.A.

Sportmedizin und Trainingslehre

2008, Schattauer, 214 Seiten
ISBN 978-3-7945-2643-7, EUR 30,80

Maßvolle sportliche Aktivität schafft den dringend notwendigen und sinnvollen Ausgleich zum bewegungsarmen Berufsalltag. Ein Übungs- und Nachschlagewerk für alle, die sich mit Sport und seinen gesundheitlichen Grundlagen beschäftigen: Sportmediziner, Physiotherapeuten und Trainer.



ANDERSON, READ

Atlas of Imaging in Sports Medicine

2007, McGraw-Hill, 928 Seiten
ISBN 978-0-07-471584-0, EUR 224,-

Atlas of Imaging in Sports Medicine is a valuable reference text that is comprehensively illustrated with high-quality images of both common and unusual sporting injuries.

Fortbildungsseminar Dreidimensionale Mobilisation der Wirbelsäule

Mobilisationen mit Schwingkissen

Mit einem speziell entwickelten Kissen von Rolf Ott wird die dreidimensionale Bewegungsfreiheit der Wirbelsäule und großen Extremitätengelenke vermittelt. Hierbei werden durch die sanften Bewegungen alle Gelenke und Organe dreidimensional mobilisiert. Es kommt eine Wirkung auf das Skelett, die Gelenke, die Muskulatur, die Organe und die Psyche zustande, so dass ein physiologisches Gleichgewicht hergestellt wird. Des Weiteren werden Techniken zur Mobilisierung des Beckens gezeigt, die mit zur Basis der Therapie beitragen.

Termin: 5. – 6. Juni 2009

Kurszeiten: 9.00 – 18.00 Uhr

Kursort: Bildungszentrum SIAK, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Referent: Rolf Ott/CH, Masseur u. Heilpraktiker, Begründer dieser Methode und Leiter der Akademie für WBA, Dozent an der Europäischen Penzel Akademie

Kurskosten: € 240,- für Mitglieder, € 290,- für Nichtmitglieder

Materialkosten: Original Schwingkissen von Natur-Medizin-Technik® und Skript € 300,- (sind vor Ort direkt an Herrn Ott zu bezahlen)

Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder

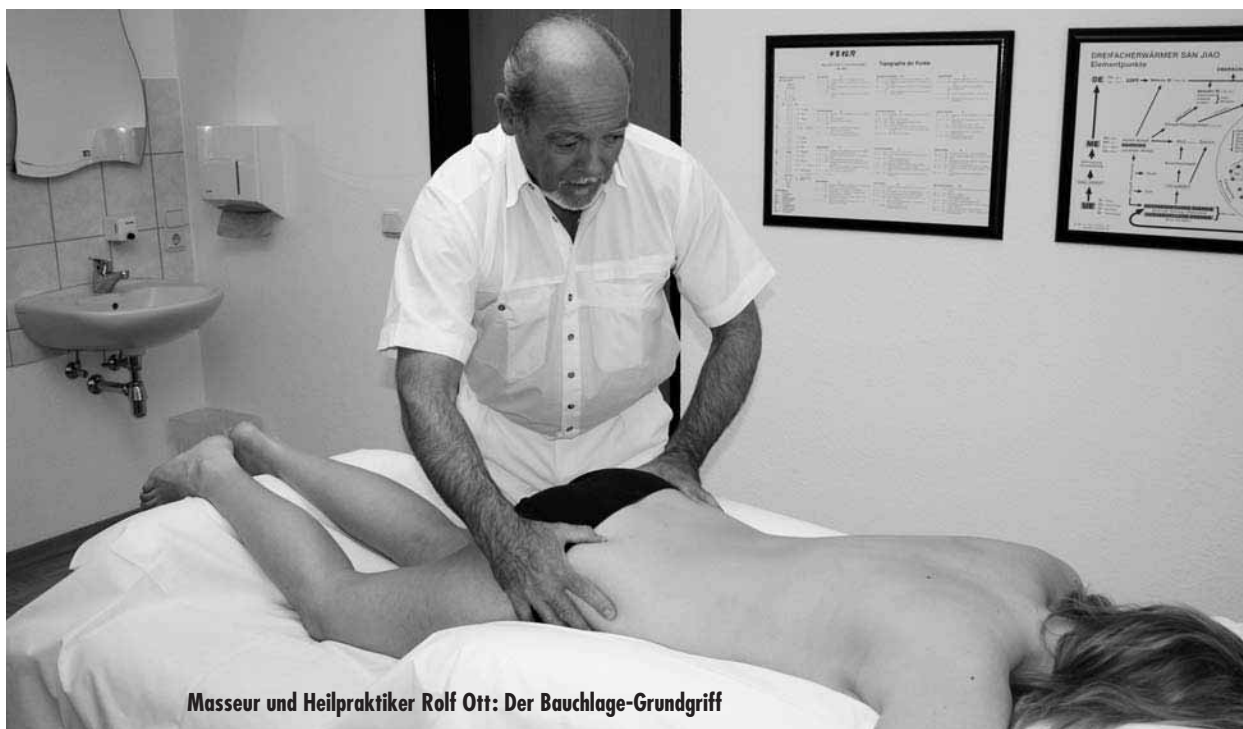
E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Auszug aus einem Kommentar von NMT Natur-Medizin-Technik®:

Was hat es eigentlich auf sich mit diesem „Schwingkissen“?

In den letzten Jahrzehnten haben wir bei unserer Arbeit am Patienten mit Rückenleiden und Gelenkproblemen mit dem modellrechtlich geschützten Original-Schwingkissen von NMT® hervorragende Resultate erzielen können, welche sich in der Zusammenarbeit mit diversen Schulungsinstituten aber auch durch die Publikation der schulmedizinisch fundierten Behandlungserfolgs-Studie in der Schweiz verdeutlichen. Unter Einsatz des NMT-Schwingkissens® werden (ähnlich wie im Bewegungsbad mit seiner Auftriebskraft und dem Schlingentisch mit seinen indirekten wie auch gezielten Mobilisationsmöglichkeiten) die Gelenke entlastet und der Patient in einen optimalen Entspannungszustand gebracht. Dies kann sich bei einem manuellen Eingriff eines Fachmanns (Physiotherapeut, Heilmasseur, Osteopath oder Arzt etc.) als sehr positiv unterstützend und sinnvoll ergänzend auf den Behandlungserfolg auswirken.

Deshalb empfehlen wir dem genannten Personenkreis, den Besuch dieses 2-tägigen Kissenschwingkurses. Dieser Kurs ist allen Therapeuten zugänglich, die bereits mit Techniken der manuellen Therapie oder mit energetischen Techniken arbeiten. Gelehrt wird die Standardbehandlung in Bauchlage und die Korrektur der Statik. Sie erhalten auch einen Einblick in die Wirbelsäulen-Basis-Ausgleichs-Tätigkeit.



Masseur und Heilpraktiker Rolf Ott: Der Bauchlage-Grundgriff

Grundkurs Fußreflexzonenmassage

Inhalte:

- Einführung in die Grundlagen der Reflexzonenmassage
- Techniken der Fußreflexzonenmassage • Indikation und Kontraindikationen • Erkennen und Behandeln der Organzonen am Fuß

Termin: 18. – 19. April 2009 (20 UE)

Kurskosten: F. Mitgl. € 240,-, f. Nichtmitgl. € 270,-

Kursort: SIAK-Bildungszentrum 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma. Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Seminar Anatomie zum Angreifen

mit Ass. Prof. Dr. Karl-Heinz Künzel
und seinem erfahrenem Team

Teil I: Osteopathische Grundlagen

Dura-Verhältnisse im Bereich des Schädels, Fasziaverhältnisse

Teil II: Anatomische Grundlagen

Funktionelle Anatomie der Extremitäten-Gelenke
Funktionelle Anatomie der Wirbelsäule

Termin: 9. – 10. Mai 2009

Kursort: Anatomisches Institut Innsbruck (Hörsaal), Müllerstraße 59, 6020 Innsbruck

Kurskosten: Für Mitglieder € 190,-, für Nichtmitglieder € 240,-. Für Lehrlinge und Gruppen gibt es auf Anfrage Sondertarife.

Quartier: Sportcenter Tirol, Olympiastraße 10a, 6020 Innsbruck, Tel. 0512/361971, bei Bedarf bitte selbst anmelden!

Kursanmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

Triggerpunkt für Masseure

Die Triggerpunkt-Massage ist jene Form von Massage, bei der mit gezielten Handgriff-Techniken akute und chronische Störungen des Bewegungsapparates muskulär behandelt werden können.

Termin: 18. – 19. April 2009

Kurszeiten: Sa., 18. April 2009, 9.00 – 18.00 Uhr
Sonntag, 19. April 2009, 9.00 – 14.00 Uhr

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, Traiskirchen

Referentin: Sabine Gieber, Dipl. Physiotherapeuten, Sportphysiotherapeutin

Kurskosten: F. Mitgl. € 220,-, f. Nichtmitgl. € 260,-

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, Anmeldung gilt nur nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM & ÖGS, bei der Raiffeisenbank 2346 Südstadt, BLZ 32633, Kto.Nr.219.188

Upledger CranioSacral Therapie®

Kursangebot 2009

Upledger CranioSacral Therapie®

Philosophie, Anatomie, CranioSacrales System, SomatoEmotionale Entspannung

Einführungskurse

- » Graz 23.03. – 28.03.2009
- » Innsbruck 18.05. – 23.05.2009

Viszerale Manipulation

Evaluation und Behandlung aller Organe (Brust-, Bauch-, Beckenraum) und des ZNS

Einführungskurse

- » Graz 02.02. – 07.02.2009
- » Linz 21.03. – 26.03.2009

Mobilisation des Nervensystems

- » Graz 11.05. – 14.05.2009

Funktionsstörungen im Kauorgan

- » Linz 05.05. – 09.05.2009

Ausführliches Jahresprogramm 2009, Information und Anmeldung: Frau Christine Dillinger



UPLEDGER
INSTITUT
ÖSTERREICH

Sparbersbachg. 63, 8010 Graz

Tel.: +43 (0)316/84 00 500

Fax: +43 (0)316/84 00 503

e-mail: office@upledger.at

www.upledger.at

Einführungskurs Spiraldynamik®

Das Einmaleins menschlicher Bewegungskoordination

Der Einführungskurs ist ein „Hineinschnuppern“ in die Spiraldynamik® und daher für **alle Interessierten** offen. Die im Kurs vermittelten Inhalte sind erfahrungsgemäß in der Berufspraxis der Teilnehmer ad hoc umsetzbar. Fundierte Anatomiekenntnisse sind von Vorteil.

Termin: 7. – 8. März 2009

Kurszeiten: Sa 9-13 und 14-17 Uhr,
So 9-12 und 13-15 Uhr

Referent: PT Gundi Wech

Kursort: Bildungszentrum 2514 Traiskirchen

Kurskosten: Mitglieder € 220,-, Nichtmitgl. € 270,-

Kursanmeldung: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, Tel. 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM & ÖGS, bei der Raiffeisenbank 2346 Südstadt, BLZ 32633, Kto.Nr.219.188

Fortbildungskurs „Medical Taping Concept“

inkl. Kinesio tape

Unter der internationalen Bezeichnung „Medical Taping Concept“ (inkl. Kinesio Tape) werden verschiedene Tapemöglichkeiten und Techniken aus Japan, Korea, Holland und Deutschland als eigenständige oder kombinierte Therapie vorgestellt. Gearbeitet wird überwiegend mit elastischen, „bunten“ Tapestreifen.

Die Kinesio Tape Methode oder das MTC ist/sind mit dem bekannten Taping nicht zu vergleichen oder gleichzusetzen! Personenkreis der geschult werden soll: Masseur, KG's, Physio's, Ärzte, Sportlehrer, Sporttherapeuten, Sportmasseure, Oedemtherapeuten, Sportphysiotherapeuten.

Termin: 16. – 18. Jänner 2009

Kurszeiten: Beginn Freitag ab 13 bis 19 Uhr,
Samstag 9 bis 17/18 Uhr und
Sonntag ab 9 bis 13 Uhr

Referent: Evangelos Charitos, PT, MTC Instructor

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen,
Akademiestraße 3

Kurskosten: € 250,- für Mitglieder,
€ 300,- für Nichtmitglieder (3 Tage/22 UE)

Material und Skript (in Farbe), pro Teilnehmer € 68,-, wird vom Referenten mitgebracht und muss zusätzlich direkt beim ihm bezahlt werden.

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, Einzahlung der Kursgebühr auf das Konto bei der Raiffeisenbank, 2346 Südstadt, BLZ 32633, Kto.Nr. 219.188.

Aufbauseminar

„Medical Taping Concept“

inkl. Kinesio tape

Das elastische Taping erobert seit einem Jahrzehnt die Welt! Die klinischen Weiterentwicklungen und die beginnende wissenschaftliche Evidenz festigen zunehmend den Stellenwert des elastischen Tapings im medizinischen Behandlungsspektrum. Lymph-taping, Meridiantaping, Crosstaping sind Beispiele dieser Entwicklung. Wie spezifisch sich das elastische Taping in jüngster Zeit entwickelt hat, zeigt das Medical Taping Concept. Im Aufbauseminar wollen wir neue Tapeanlangen und überarbeitete Tapevariationen zu Krankheitsbildern vorstellen.

Einer Reflektion der bisherigen Erfahrungen folgt ein Interessensausaustausch. Fragen- und Problemstellungen werden in „Klein“-Gruppen erarbeitet. Ziel: Die bisher im Bereich elastisches Taping erworbenen Fähigkeiten sollen vertieft werden. Bitte eine Schere mitbringen!

Termin: 9. – 10. Mai 2009

Kurszeiten: Samstag von 9.00 – 18.00 Uhr,
Sonntag von 9.00 – 14.00 Uhr

Referent: Thomas Metzger, Physiotherapeut, Sportlehrer, Sportphysiotherapeut des DSB, certf. Kinesio Tape Instructor, MTC Instructor

Kurskosten, Kursort und Anmeldung: siehe oben.

Praktische Übungen

24 Techniken zur Mobilisation der Schulter. Mit Dr. Matthias Schmidt nach Dr. Terrier.

Termin: 26. – 27. September 2009

Kurszeiten: Sa. 9.00 – 18.30, So. 9.00 – 16.45 Uhr
(insgesamt 18 UE)

Referent: Dr. Matthias Schmidt, Hamburg/D

Kursort: SIAK-Bildungszentrum 2514 Traiskirchen,
Akademiestraße 3

Kurskosten: Mitgl. € 200,-, Nichtmitgl. € 250,-

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at
Anmeldung gilt nur nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM & ÖGS bei der Raiffeisenbank 2346 Südstadt, BLZ 32 633, Kto.Nr. 219.188.

Da die Teilnehmerzahl mit 26 Personen begrenzt ist, wird um frühzeitige Anmeldung gebeten.

Fortbildungskurs Manuelle Lymphdrainage

nach Dr. Vodder

Komplexe physikalische Entstauungstherapie (ML/KPE)

Teil I – Basiskurs, Teil II – Therapiekurs

Dieser Kurs ist eine in Österreich anerkannte Ausbildung mit der gesetzlich geforderten Stundenanzahl von 180 Unterrichtseinheiten.

Termin: 12. – 27. September 2009

mit Arztunterricht und Prüfung insgesamt 180 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45 Minuten)

Kursbeginn: 9.00 Uhr

Referent: Günther Bringezu/D –
Leitender Fachlehrer für manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder

Arzt: Dr. med. Martin Musger

Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen,
Akademiestraße 3

Kurskosten: für Mitglieder € 960,-,
für Nichtmitglieder € 1.050,-; Preise inkl. Übungssets „Kompressionstherapie“ im Wert von € 185,-

Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

2009

Auf einen Blick: Alle wichtigen Termine und Kurse der VÖSM & ÖGS

VÖSM & ÖGS

- 12.-14.12.08 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 4. Modul
- 10.-11.01.09 Massage-Grundausbildung 1. Modul
- 16.-18.01.09 Medical Taping Concept
– inkl. Kinesio-Tape-Grundkurs
- 16.-18.01.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 5. Modul
- 24.-25.01.09 Tuina Praktik, Chinesische Manuelle
Anwendung – 1. Teil
- 24.-25.01.09 Sporttherapie-Ausbildung 1. Modul
- 14.-15.02.09 Tuina Praktik, Chinesische Manuelle
Anwendung – 2. Teil
- 20.-22.02.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 6. Modul
- 21.02.2009 DNM-Seminar 2. Teil – Martin Roth
- 07.-08.03.09 Spiraldynamik mit PT Gundi Wech
- 07.-08.03.09 Tuina Praktik, Chinesische Manuelle
Anwendung – 3. Teil
- 20.-22.03.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 7. Modul
- 27.-29.03.09 Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich 1. Teil
– Rolf Ott/CH
- 17.-19.04.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 8. Modul
- 17.-19.04.09 Wirbelsäulenschule „Erwachsene“
in Wien
- 18.-19.04.09 Fussreflexzonenmassage Grundkurs
- 18.-19.04.09 Tuina Praktik, Chinesische Manuelle
Anwendung – 4. Teil
- 18.-19.04.09 Triggerpunktmassage
– PT Sabine Gieber-Gmeiner
- 25.-26.04.09 Die Holleis-Methode – Grundkurs
– Alexander Holleis
- 01.-03.05.09 Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich 2. Teil
– Rolf Ott/CH
- 08.-10.05.09 Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich 3. Teil
– Rolf Ott/CH
- 09.-10.05.09 Manuelles u. kontrolliertes Dehnen
– Kurt Wautl
- 09.-10.05.09 Medical Taping Concept,
inkl. Kinesio-Tape-Aufbaukurs
– Thomas Metzger

- 09.-10.05.09 Anatomie zum Angreifen
– Prof. Dr. K. H. Künzel/Innsbruck
- 14.-17.05.09 Golf-Physio-Trainer
– Prof. Dr. Chr. Haid, D. Hochmuth
- 15.-17.05.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 9. Modul
- 05.-06.06.09 Dreidimensionale Mobilisation
der Wirbelsäule – Rolf Ott/CH
- 05.-07.06.09 Sportmasseur Ausbildung 2008/09
– 10. Modul
- 27.06.2009 Abschlussprüfung
Sportmasseur Ausbildung
- 12.-27.09.09 Manuelle Lymphdrainage
inkl. Arztunterr. – G. Bringezu/D
- 11.-13.09.09 Wirbelsäulenschule – Sport in Baden
- 26.-27.09.09 25 Techniken zur Mobilisation der
Schulter – Dr. Matthias Schmidt/D

Neustart MASSAGE-GRUNDAUSBILDUNG

für die Teilnahme zur Ausbildung
in Sportmassage 2009.

10. – 11. Jänner 2009 1. Modul (insges. 8 Module),
weitere Termine auf Anfrage.

Neustart!

Einzig gesetzlich geregelte SONDERAUSBILDUNG SPORTPHYSIOTHERAPIE

für Physiotherapeuten in Österreich!
Ab März 2009.

Neustart

Ausbildung in „SPORTTHERAPIE“

ab 24. – 25. Jänner 2009 1. Modul,
weitere Termine auf Anfrage

Neustart HEILMASSEUR-AUFSCHULUNG

ab September 2009

Anmeldungen für alle Ausbildungen
ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

VÖSM & ÖGS führt,

bei Zustandekommen von mindestens 12 Personen, jedes Seminar, das gewünscht wird durch,
wie z. B. Anatomie am Präparat im Anatomischen Institut in Wien u. Innsbruck (s. Seite 21),
Röntgenseminar, Laserseminar mit Laserschutzbeauftragten, Beckenbodenseminar,
Triggerpunkt für Masseur (s. S. 22), Breuss-Dorn-Fleig-Seminar, Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®
mit Kissenschwingkurs (s. S. 15 + 20), Ohr-Akupunkt-Seminar, Tapekurs, etc.

Bitte um Voranmeldung, Termin wird nach Anmeldung von mindestens 12 Teilnehmern auf Wunsch festgesetzt!

**Die Zeit vergeht schneller, als man denkt.
Sorgen Sie rechtzeitig vor!**



www.raiffeisen.at

Weil die Zukunft immer für Überraschungen gut ist:
Sprechen Sie mit Ihrem Raiffeisenberater. Er sagt
Ihnen, welche Vorsorgeprodukte am besten zu Ihren
Bedürfnissen passen. Näheres in jeder Raiffeisenbank.

**Raiffeisen
Meine Bank**

