Verlags- und Versandpostamt 2344 Maria Enzersdorf

2008/09: Die neuen Seminar-Termine

sport physiotherapie

BSO SERVICE IM SPORT

September 2008
19. Jahrgang • Heft 3

Im Internet unter *www.sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

Ursachenforschung

RICHTIG VERSTEHEN LERNEN

Interview mit Prof. Dr. Ernst Schopp, sportmedizinischer Betreuer des österreichischen Nationalteams, über die medizinisch-physiotherapeutische Arbeit mit den rot-weiß-roten Fußballern für die WM-Qualifikation.

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

www.burgit.at

Lebensphilosophie

Er war der Mann der ersten Stunde – als er als Gründer des Proponentenkomitees mit Univ. Prof. DDDr. Ludwig Prokop, MR Robert Mader, HR Dr. Rudolf Thuri, Willi Dungl und Franz Istvan die Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) initiierte und bei der Generalversammlung am 17. Dezember 1977 zum geschäftsführenden Vizepräsidenten gewählt wurde. Eigentlich bräuchte man seinen Namen gar nicht nennen, jeder weiß, wer der Gründungsvater der heutigen VÖSM & ÖGS ist/war: Josef Flenner, von seinen Freunden, Patienten, Geschäftspartnern immer nur „Pepi" gerufen.
Primarius DDr. Helmut Kern, langjähriger Wegbegleiter von Flenner, schreibt über die außergewöhnliche Persönlichkeit Josef „Pepi" Flenner, und soviel sei schon hier vorweggenommen – sein „In Memoriam" ist mehr als ein Nachruf. Es ist die authentische Beschreibung eines Mannes, der ganz untypisch für unsere schnelllebige Zeit immer der gemütliche Kumpel geblieben ist, ohne dass darunter seine Autorität, sein Fachwissen oder sein Ansehen gelitten hätte.
Spitzensportler, betagte Leute, Wissenschaftler, Ministerialbeamte, Politiker, Schauspieler – sie alle behandelte er gleich. Gleich gut, egal welchen gesellschaftlichen Standes sie angehörten. Sie alle hörten auf „Pepi", den väterlichen Freund („In Memoriam" ab Seite 8).
Ein zweites Schwerpunkt-Thema dieser Ausgabe, sicherlich ganz im Sinne von „Pepi" Flenner, ist das Interview von VÖSM & ÖGS-Generalsekretärin Eva Janko mit Prof. Ernst Schopp. Arbeitsthema: Die sportmedizinische Betreuung des österreichischen Fußball-Nationalteams. Geführt in der Woche vor dem ersten WM-Qualifikationsspiel der rotweißroten Truppe gegen Vize-Weltmeister Frankreich – das sensationelle 3:1 ist inzwischen österreichische Fußball-Geschichte. Schopp, seit 1984 im ÖFB tätig, ist mit seinem Team für die medizinische Betreuung der Nationalmannschaft verantwortlich. Die gründliche Ursachenforschung unter dem Titel „Verstehen lernen" ab Seite 4.
Dass richtiges Verstehen, einander verstehen, den Mitmenschen verstehen, die Basis des miteinander Lebens ist, hat auch Josef „Pepi" Flenner Zeit seines Lebens perfekt gelebt.

In diesem Sinne,
Ihr

Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL *Lebensphilosophie* **4 WM-QUALI 2010** *Ursachenforschung – Interview mit Prof. Dr. Ernst Schopp, geführt von Eva Janko*
8 IN MEMORIAM *Nachruf zum Tod von Josef „Pepi" Flenner*
14 BUCH-PRÄSENTATION *Gesund Golfen* **16 FORTBILDUNG** *Dynamische Neuromuskuläre Massagetherapie (DNM)* **23 TERMINE** *Kalender 2008/09*

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure 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

Verstehen lernen

Ursachenforschung. Die sportmedizinische Betreuung des Österreichischen Fußballnationalteams. Ein Interview mit Prof. Dr. Ernst Schopp, geführt von Eva Janko.

Während der letzten Vorbereitungswoche für die 1. Qualifikationsrunde zur WM in Südafrika war das österreichische Nationalteam in Lindabrunn stationiert. Nebst allen taktischen und konditionellen Vorbereitungen von Seiten der Trainer ist das medizinische Betreuungsteam, geleitet von **Prof. Dr. Ernst Schopp,** mit der wichtigen Aufgabe betraut, die Nationalteamspieler medizinisch-physiotherapeutisch zu betreuen und zu beraten.
Prof. Dr. Schopp betreute seit 1984 den ÖFB-Nachwuchs und seit 1987 das A-Team. Allein verantwortlich ist er seit 1990. Bei insgesamt 145 Länderspielen war er bisher im Einsatz. Weitere therapeutische Mitarbeiter beim ÖFB-Nationalteam: **Michael Vettorazzi,** Physiotherapeut seit Juni 1997; **Michael Trattner,** Sporttherapeut seit 21. September 1997; **Thomas Schmal,** Sporttherapeut seit September 2008.
In dieser Woche führte Eva Janko mit Prof. Dr. Schopp folgendes Gespräch.

Janko: *Wie sah vor zehn Jahren – WM-Quali, im Rückspiegel betrachtet, im Vergleich zu heute die medizinisch-sportphysiotherapeutische Betreuung aus? Was hat sich geändert? Was hat sich wesentlich verbessert?*
Dr. Schopp: Man kann sagen, es sind Quantensprünge im Vergleich zu früher. Das kann man auf jeden Fall behaupten. Wir haben 1990 schon relativ viel von der Bewegungslehre verstanden, aber haben Vieles noch nicht dynamisch umsetzen können. Wir haben inzwischen gelernt, einfach in den Sportarten zu differenzieren. Wir haben damals zu wenig unterschieden zwischen zyklischen und a-zyklischen Sportarten, zwischen einer 100-m Sprintbelastung, einer Spielbelastung und einer Nachspielbelastung. Wir waren zu ähnlich in diesen Programmabstimmungen. Wir haben gemeint, jeder, der schnell laufen kann, kann das gleiche Programm absolvieren. Aber das passt einfach nicht mehr. Man hat in der Zwischenzeit sehr wohl erkannt, dass ganz genau sportartspezifisch gearbeitet werden muss. Dass es daher auch grundlegend erforderlich ist, dass man als betreuender Physiotherapeut die Sportart, die man betreut, in ihren Kernprinzipien verstehen muss.

Janko: *Sie könnten also keine Schwimmer betreuen, weil Sie mit den Trainingsprinzipien, der Trainingslehre und den Trainingsarten des Schwimmens nicht vertraut sind?*
Schopp: Genau. Ich kann jederzeit vom Fußball in eine Handballmannschaft wechseln, oder in eine Basketballmannschaft. Aber es geht nicht, dass man zwischen den Sportarten wechselt, außer man versteht sie alle. Aber wer kann das von sich ehrlich behaupten? Wenn jemand sagt, ich kann einen Speerwerfer genauso betreuen wie einen Schwimmer, kann das nicht funktionieren, weil völlig andere Bewegungsabläufe dahinter stecken, und die muss ich verstehen.
Es ist ja kein Problem, eine Mannschaft zu betreuen, in der alle fit sind. Denn einfache Dehnungsübungen zu machen und aufzuwärmen, usw., sollte nahezu jeder beherrschen, der irgend etwas mit Sportphysiotherapie zu tun hat. Aber wenn ein Problem auftritt, dann ist man gefordert, und dann muss man die Sportart verstehen, und man muss wissen, wie und wo man eingreifen kann.

Janko: *Nach wie vor stehen Aufwand und Erfolg nicht immer im korrekten sinnvollen Verhältnis zueinander.*
Schopp: Es muss in allem, was man rehabilitativ in der Sportphysiotherapie macht, nicht nur die Sporartspezifität berücksichtigt werden, sondern auch die Bewegungsschnelligkeit. Zumindest in der Endphase jedes Programms. Denn es reicht nicht, wenn ein Problem besteht, herauszufinden, wo es besteht, man muss die wirkliche Ursache finden. Ich nenne das die „Quadratzentimetermedizin“, die ich so verdamme. Dort, wo's weh tut, dort setzte ich einmal meinen Therapieansatzpunkt an. Das ist manchmal richtig, aber meistens nicht. Und dieser Quadratzentimeter, der weh tut, der ist nahezu nie der Grund, sondern die Folge. Also die Ursache muss her, diese muss ich herausfinden.
Und zum Ergründen der Ursache muss ich wiederum den Bewegungsablauf verstehen, muss die Beschaffenheit z.B. der Schuhe ergründen, wie der Spieler auftritt, wie und wo er Kraft umsetzt, wie er läuft, seine Schnelligkeit, ganz wichtig ist auch die **Position,** auf der er spielt.
Denn je nachdem, ob seine Position links oder rechts ist, hat er eine andere Spielsituation.

Janko: *Wird da nicht oft die Wettkampfbewegungsschnelligkeit vernachlässigt?*
Schopp: Das ist nicht zu unterschätzen. Ich muss vielleicht, aufgrund dieses Problems, ein Muster, das

ich neu entwickle, tatsächlich langsam angehen, ein so neues Bewegungsmuster entwickeln. Aber eines ist klar, enden muss es in der sportartspezifischen Schnelligkeit unter dem Stress der Sportart.
Deswegen scheitern sehr viele Rehasysteme, weil sie im Labor bleiben. Es ist erfreulich, wenn der Spieler im Therapieraum unter kontrollierten Bedingungen vor dem Spiegel alles richtig macht.
Aber, um beim Fußball zu bleiben, am Fußballplatz haben wir keine Spiegel, wir haben einen Rasen mit unterschiedlicher Rasenhöhe, Rasenqualität, Rasenfeuchtigkeit und dann kommt der Gegner dazu. Jeder Spieler muss sich in den Spielsportarten auf seinen Gegner konzentrieren können, auf die Spielsituation und er hat **keine Zeit** und im **Hirn** keinen Platz für das Lösen des Problems, das er hat.
Bloß weil er es unter anderen Voraussetzungen (mit viel Zeit vor dem Spiegel, mit erklärenden Worten des Therapeuten) schon in irgendeiner Form erlernt hat, kann er es in der Stresssituation noch lange nicht. Damit ist das Problem nicht gelöst, und er ist wieder dort, wo er zu Beginn war. Deshalb muss der Spieler so weit sein, in diesen Situationen automatisiert, sein Problem lösen zu können.
All das wissen wir inzwischen, damals wurde es nicht so genau erkannt. Daher ist es enorm wichtig, dass unser Team, und unser Physioteam funktioniert sehr gut, großen Wert drauf legt, dass der Stress miteinbezogen wird, damit unter realer Spielbelastung das Problem beherrscht werden kann. Das ist eine der wesentlichen Vorwärtsentwicklungen seit damals.

Prof. Dr. Ernst Schopp

Janko: *Sie haben ja in der Vorbereitungszeit dafür ganz wenig Zeit, um das auch umsetzen zu können. Nehmt ihr dann Kontakt mit den jeweiligen Vereinen auf, wo die Spieler beheimatet sind?*
Schopp: Im Rahmen der Euro hatten wir für die Vorbereitung acht Wochen Zeit, da konnte man schon etwas bewegen.

Janko: *Jetzt aber, im konkreten Fall, wo nur eine Woche Zeit bleibt?*
Schopp: Nein, jetzt kann ich natürlich nichts mehr bewegen, da versuche ich bei jedem Spieler, bei Problemen die er hat, Bewusstsein zu schaffen, und versuche ihm klar zu machen, warum er dieses Problem hat und wie er es möglicherweise beheben kann. Aber ich sage ihnen, dass sie es dann im Verein beheben müssen. Ich will erreichen, dass er sensibel für den Therapieansatz wird. Denn es hat keinen Sinn, das in einer Woche beim Nationalteam zu lösen, das kann auch nicht unsere Aufgabe sein.

Janko: *Wie sieht es aus, wenn die Spieler ins Team einberufen werden? Sie werden sportmedizinischen Tests unterzogen und man stellt fest, dass der ein oder andere Spieler physisch nicht ganz gut drauf ist. Nimmt man da im Vorbereitungstraining individuell Rücksicht seitens des Nationaltrainers? Wird da gemessen etc.?*
Schopp: Natürlich, da gibt es ja mehrere Aspekte des „Messens". Teilweise ist es objektivierbar, das heißt, ich kann jedes Training, auch wenn es 2x am Tag stattfindet, mit Pulsuhr und GPS messen. Damit habe ich jedes Training dokumentiert. Ich habe nicht nur seine Herzfrequenz aufgezeichnet und kann daraus auf seine Belastung schließen, sondern ich habe auch die Geschwindigkeit und die Distanz dokumentiert.
Das heißt, ich kann sehr wohl aus der Geschwindigkeit, die aufgezeichnet ist, der Distanz, die er mit dieser Geschwindigkeit zurückgelegt hat, der Herzfrequenz, die er dabei gehabt hat, und der Erholungszeit der Herzfrequenz in der Folge Rückschlüsse auf die Belastung jedes einzelnen Trainings ziehen.
Dann brauche ich aber zusätzlich noch die nichtobjektivierbare Beurteilung vom Masseur oder Physiotherapeuten, die Information, wie greift er sich an, wie hat er das Training in der Muskulatur toleriert. Das ist ganz wichtig. Und das ist nicht wissenschaftlich objektivierbar, aber von guten Leuten sehr wohl klar einschätzbar. Denn wenn jemand einen Sportler regelmäßig betreut, kann der sagen, die Spannung wird immer mehr, da müssen wir jetzt aufpassen, das war zu viel usw.
Das kann ich auch nicht durch ein Labor objektivieren. Selbst wenn ich auch verschiedene Parameter dazu messe, ist die Information, wie er das muskulär verdaut hat, nicht durch diese Werte feststellbar.

Janko: *Wenn ein Training nicht belastend war, und trotzdem Muskelgruppen umfasst hat, die nicht gewohnt sind zu arbeiten, so gibt es eine Labortest-Veränderung . . .*

E

Schopp: ... die mir möglicherweise eine falsche Information gibt, wenn ich nicht zusätzlich mit der Hand hin greife. Und das ist für mich überhaupt eines der wichtigsten Dinge. Leider geht auch das zunehmend verloren. Thomas *(Anm. d. Red.: Prim. Dr. Thomas Bochdansky)* hat das vor ungefähr 3 oder 4 Jahren in einem Artikel wunderschön ausgearbeitet und formuliert. Er schrieb sinngemäß, es sei eine Katastrophe, die Sportmediziner berühren die Patienten nicht mehr. Sie haben ein MR und sie haben ein Röntgen, aber sie greifen sie nicht an. Und viele Diagnosen findest du nur in der Erfahrung, im Angreifen und dann sind MR, CD, und was es alles noch gibt, Hilfsbefunde, die wichtig sind, aber man muss unbedingt dem Sportler zuhören und ihn wirklich untersuchen, d. h. angreifen.

Janko: *Denn sonst wird immer nur behandelt, was am Bild zu sehen ist und nicht das, was er wirklich hat?*
Schopp: Wenn ich eine Überlastung eines Gelenkes in einem MR sehe – das kann man sehen – so ist die Überlastung die **Folge,** aber nicht die **Ursache.** Wenn ich jetzt sage, mach eine Pause, damit das weggeht, so ist das für die sichtbare Diagnose der richtige Weg, für die wahre Diagnose möglicherweise sinnlos, weil ja die Ursache nicht beherrscht wird, nämlich, dass er möglicherweise durch eine muskuläre Disbalance und/oder eine Achsenfehlstellung hat, z. B. viel zu sehr auf der Innenseite des Fußes läuft. Es gelingt vielleicht durch die Pause, das Knochenmarködem zu beheben, warum er es bekommen hat, ist nicht geklärt, und das ursächliche Problem ist noch immer nicht behoben. Da muss ich eben auch hingreifen, muss aber auch seinen Bewegungsablauf und sein Material verstehen.
Ich muss verstehen, wie ein Fußballschuh gebaut ist, ich muss verstehen, wo hat er seine Druckpunkte, wo stützt er grundsätzlich nicht, wo muss der Sportler selbst im Schuh stützen, das kann man am Bild gar nicht erkennen. Wenn ich mir den Schuh eines Sportlers ansehe, sieht man immens Vieles. Wenn ich einen Laufschuh jetzt in die Hand nehme, sehe ich bereits fast alles. Ja, aber diesen schmutzigen Laufschuh muss ich mir zuerst zur Hand nehmen und ihn ansehen!

Janko: *Werden dann Fußballschuhe nach Fußabdrücken gefertigt?*
Schopp: Ja und nein, der Grund ist der, weil auch das ein statischer Abdruck und kein dynamischer ist. Wir haben da für Leute mit Problemen schon sehr gute Computermessmodelle, wo man tatsächlich schon in der Bewegung sieht, wo belastet er falsch. Wenn ich jetzt aber einen Fußabdruck mache, wo er nur „drauf- bzw. hineinsteigt", so ist das etwas völlig anderes, als wenn ich dazu ein Laufbild habe.

Janko: *Wie wollen Sie das aber jetzt korrigieren. Wie gehen Sie darauf ein?*
Schopp: Man kann am Schuh arbeiten. Also eine Einlage im Fußballschuh ist nicht sinnvoll, das funktioniert nicht, aber man kann inzwischen einen Fußballschuh für jene, die Probleme haben, im Inneren durch gute Orthopädietechniker so umbauen lassen, dass das funktioniert. Aber, wie gesagt, sich nur Einlagen machen zu lassen und diese verwenden, ist auf lange Sicht sinnlos.

Janko: *Das alles nimmt schon Dimensionen an, die immens sind. Ist der heutige Sport im Grunde schon so hochentwickelt, dass das alles eine wichtige Rolle spielt?*
Schopp: Ja, da muss man eben verdammt viel Hintergrundwissen haben und es auch umlegen können. Das ist nicht so einfach, wie es scheint. Und ich verlange, dass man als Betreuender einer Sportart diese grundlegend verstehen muss. Man muss ihre Trainingslehre und ihre Trainingsprinzipien verstehen und da ist nicht nur die allgemeine Trainingslehre gemeint, die sollte jeder Sportmediziner ohnedies intus haben.
Z. B., wann macht man ein Krafttraining, wie macht man das, wie funktioniert ein Maximalkrafttest etc., das ist etwas Grundlegendes, das erwarte ich als geradezu selbstverständlich. Aber ich muss die sportartspezifische Situation verstehen. Dann kann ich auch erkennen, was im Training eine negativ-dynamische oder positiv-dynamische Belastung war, warum eine Bremsbelastung wesentlich höher ist.
Ich muss die Spieler beim gesamten Training im Blick haben, und wenn sie etwas spüren, weiß ich, was sie trainiert haben. Ich kann nicht nach dem Training kommen und fragen „wie ist es euch gegangen?" Wenn in der Folge drei kommen und sagen „ich spüre das seit dem Training", kann ich keine spezifische Aussage treffen. Natürlich, wenn jemand niedergetreten wird und die Sehne reißt ab, muss ich das nicht gesehen haben, das ist dann auch nicht erforderlich.
Aber sämtliche Fehlbelastungsprobleme muss ich beobachten und im Training sehen können und ich muss den Zusammenhang erkennen und verstehen, dann kann ich auch die Lösung erarbeiten.

Janko: *Wenn diese Probleme auftreten, teilen Sie es dem jeweiligen Spieler mit und der muss es dann auch in weiterer Folge in seinem Verein mit seinen Betreuern lösen?*
Schopp: Ja, natürlich. Mein Plan und Wunsch ist, dass man dies in ihren Vereinen auch wirklich ernst nimmt und löst. Das geschieht auch in vielen Fällen.

Janko: *Was machen Sie konkret, wenn in der kurzen Vorbereitungszeit, die ein Spieler im Team ist, etwas verkühlt bzw. indisponiert ist?*
Schopp: Ich bin schon seit Jahrzehnten Anhänger der Immunmodulation und es gibt in der Zwischenzeit schon sehr viele wissenschaftliche Arbeiten und Beweise dafür. Studien dazu beweisen, dass es nicht nur eine Idee ist. Damals, als ich begonnen habe, war es fast noch eine Idee, ein Insidergeheimtipp.
Es gibt mehrere Immunmodulatoren, mein Lieblingsmittel ist das Esberitox. Das ist ein Stoff, der in Stress-

situationen das Immunsystem auf biologische Weise ankurbelt. Es gibt, erst jetzt wieder erschienen, eine interessante Arbeit darüber, dass, wenn man eines dieser Mittel in zu erwartenden Hochstressphasen, wenn man z. B. in eine andere Zeitzone fliegt, im Vorfeld schon einnimmt, so werden die Leute dann auch weniger krank. Bei uns ist das so: Wenn jemand nur andeutet, dass er ein Problem in diese Richtung hat, dann nimmt er den Immunmodulator in hoch dosierter Form, und ich würde sagen, wir haben noch nie einen Ausfall durch so ein Problem gehabt. Aber es gibt auch andere Stoffe und Ansatzpunkte, da muss jeder seine eigenen Erfahrungen sammeln.

Janko: *Welche Kenntnisse und Fertigkeiten muss ein Masseur oder ein Physiotherapeut nach dem letzten Wissensstand mitbringen, um beim Team mitarbeiten zu können?*
Schopp: Wir haben schon vor Jahren beim ÖFB ein Anforderungsprofil für jene zusammengestellt, die therapeutisch mitarbeiten wollen. Da ist sehr genau definiert, welche Fähigkeiten, welche Ausbildungen, welche Zusatzausbildungen er haben muss, und vor allem, was von entscheidender Bedeutung ist, eine einschlägige Berufserfahrung. Also wenn jemand sagt, er hat die österr. Stabhochspringer perfekt betreut, ist es toll, aber ich kann mit ihm möglicherweise nichts anfangen, weil er sportartspezifisch nicht versteht, was wir hier brauchen.

Janko: *Konkret, welche Massage-Techniken müssen Sportmasseure z. B. beherrschen?*
Schopp: Im Prinzip müssen sie alle Massagetechniken können, weil wir ja nie wissen, was wir gerade benötigen und wir mischen diese Massagetechniken ja sehr oft.

Janko: *Und welche Aufgaben hat der Physiotherapeut?*
Schopp: Der Physiotherapeut hat die Aufgabe, dass er in der Folge aktiviert, eventuell stabilisierende Muskelübungen erklärt, und den Spielern die Information mitgibt, was sie tun müssen, damit sie ihr Problem lösen. Heißt also, der Masseur muss möglicherweise die Verspannungen lösen und der Physiotherapeut muss erreichen, dass der Betroffene dann in einen korrekten Bewegungsablauf kommt.

Janko: *Auch in so einem kurzen Zeitraum?*
Schopp: Ja, wir bauen das so auf, dass der Spieler nur ganz wenige Übungen gezeigt bekommt, nicht zugeschüttet wird, sondern drei, vier Übungen, und damit verstehen kann, was und warum er das machen soll. Er muss das Korrekturprinzip in erster Linie verstehen und dafür sensibel werden.
Er muss erkennen, wo er z. B. die Spannung aufbauen kann, wo er etwas „spüren“ soll, das genügt dann meist schon. Mit dieser Methode wollen wir erreichen, dass er daran so interessiert wird, dass er damit auch zu Hause und im Verein weiterarbeitet.

Janko: *Was waren Ihre bisherigen schönsten Highlights, welche Ihre weniger schönen?*
Schopp: Das kann ich klar beantworten. Da gibt es keine spezifischen Höhepunkte. Jedes Mal, wenn wir vor einem Match aufstehen und die Bundeshymne gespielt wird, ist das ein Highlight, weil ich mir dann sagen kann, ich habe, soweit ich das beeinflussen kann, mitgeholfen, dass in diesen nächsten 90 Minuten das Maximum, das für diese Mannschaft möglich ist, erreicht werden kann.

Janko: *Abschließend, wie wird das erste WM-Qualifikationsspiel am kommenden Samstag ausgehen?*
Schopp: Ich gebe schon lange keine Prognosen mehr ab, weil es keinen Sinn macht.

Anmerkung der Redaktion: Das 1. WM-Qualifikationsspiel der österreichischen Nationalmannschaft endete 3:1 gegen Vize-Weltmeister Frankreich.

Erfolgreich: Team Austria vor dem WM-Qualifikationsspiel gegen Frankreich in Wien

Josef „Pepi“ Flenner

1932 – 2008

Josef „Pepi“ Flenner ist ruhig und still gegangen. Wir haben einen guten Freund, eine hervorragende Persönlichkeit, einen großen Lehrmeister der Massage und der Sportphysiotherapie, einen außergewöhnlichen Menschen, einen international hoch geschätzten Fachmann und väterlichen Freund verloren.

Pepi Flenner hat durch sein offenes Wesen und sein überaus qualifiziertes Fachwissen, verbunden mit seiner starken Persönlichkeit, seiner gütigen Menschlichkeit und praktischen Fähigkeiten viele Kongressbesucher, Seminarteilnehmer, hilfesuchende Sportler, Patienten und Freunde nachhaltig beeindruckt.

21. Febuar 1991: Josef „Pepi“ Flenner erhält das Goldene Verdienstzeichen der Republik Österreich

Zu seinen großen Vorzügen gehörte es, auf Menschen spontan und geradlinig zuzugehen und ihnen das Gefühl zu geben, dass er an ihren Problemen, an ihrem Leben, an ihren Wehwehchen teilnimmt und ihre Sorgen versteht. Umgekehrt hatte jeder den Eindruck und die Überzeugung, einen Menschen vor sich zu haben, dem man leicht näher kommen kann, weil er so freundlich, warmherzig und voller sympathischer Vitalität jedem Freund, jedem Kollegen, jedem Sportler und jedem Patienten begegnete.
In seiner unnachahmlichen Art verstand er es, die großen Altersprünge zwischen den Kollegen der ersten Stunde als Sportmasseur und den jüngeren Proponenten der Sportphysiotherapie auszugleichen. Ebenso schaffte er es mit vorurteilsfreier Bereitschaft, die Gedanken des anderen anzuhören, zu überlegen und auch gut zu heißen. Andererseits war er ein Mann von so hoher fachlicher Qualifikation, dass er in der Diskussion stets Argumente fand und aus seiner reichen sporttherapeutischen Erfahrung praktische Beispiele zitieren konnte.

Junge gesunde leistungsfähige Sportler, ältere und junge Menschen, Bürger von der Straße, Wissenschaftler, Ministerialbeamte und Politiker behandelte er gleich – sie alle suchten seine Nähe und die offene Aussprache mit diesem oft väterlichen Freund.

Man wusste immer, dass er für jeden, der an ihn herantrat, ein offenes Wort hatte und sich genügend Zeit nahm, obwohl Zeit eigentlich sein größtes Problem war. Wenn man mit Pepi Flenner sprach, hatte man nie das Gefühl, dass er gehetzt oder mit Gedanken woanders ist, sondern dass er sich immer auf den Gesprächspartner konzentrieren konnte, als wäre dieser der einzige Mensch, der für ihn momentan wichtig ist.

Josef „Pepi“ Flenner war ein Mensch der Freundlichkeit, der Wärme, der Kollegialität, der Offenheit und des Vertrauens. Er suchte stets die persönliche Ebene und das vertiefende ernsthafte Gespräch, da ihm oberflächliche Verbindlichkeiten zuwider waren. Seine Beziehungen waren ungekünstelt und emotional strukturiert. Es fiel ihm leicht, schon auf Grund seiner Lebenseinstellung und seiner positiven Art, Freundlichkeiten auszudrücken, weil er in seiner Gesamtheit, seinem aufrechten und muskulösen Erscheinungsbild, seiner zurückhaltenden Gestik, mit seiner vertrauensvollen Stimme und gewinnenden freundlichen Mimik sowie seinem offenen Blick besondere natürliche Eigenschaften und außergewöhnliche Begabungen besaß, mit denen er viele Freunde gewinnen konnte und viele Patienten und hilfesuchende Sportler trösten, heilen und mit Selbstvertrauen wieder fit und sportfähig machen konnte.

Bei Diskussionen war Josef „Pepi“ Flenner kein Mensch, der seine Überzeugung und seine Grundsätze

emotional auf den Tisch knallte, sondern er verteidigte sie mit fairer und kollegialer Überzeugungskraft und versuchte, diese an andere weiterzugeben. Die Bereitschaft, sich fachlich weiter zu bilden, sich genaue Details anzueignen, ebenso fachkompetente Vorschläge von anderen anzunehmen und umzusetzen waren hervorragende Eigenschaften von Pepi Flenner, die seinen beruflichen Werdegang von Anfang an bestimmten. Sein beruflicher Weg war zielgerichtet und aufwärtsstrebend und mit beispielloser Karriere verbunden.

Seinen ersten beruflichen Abschluss (Gesellenprüfung als Schneider 1951) absolvierte er, als ich geboren wurde. Trotzdem hatte ich nie das Gefühl, wegen des großen Altersunterschiedes nicht akzeptiert zu werden. Bereits 1954/1955 begann er mit seinem zweiten lebensbestimmenden Berufsweg, der Masseurausbildung und erreichte 1956 mit der Gewerbeberechtigung als selbstständiger Masseur die richtige Basis für seine Traumkarriere.

Als Spitzensportler brachte es Pepi Flenner auf elf österreichische Meistertitel im Gewichtheben (Einzel- und Mannschaft). Gleichzeitig begann er schon damals seine zweite Karriere Schritt für Schritt und mit großer Hingabe und Liebe aufzubauen.

Sehr früh hat sich Pepi Flenner, kaum war er als Masseur gewerbeberechtigt und niedergelassen, dem Sport zugewendet und betreute bereits 1956 Wacker Wien und Admira-Wacker, wodurch er bereits damals in die Südstadt kam.

Von 1966 bis 1978 betreute Josef Flenner das Österreichische Fußball-Nationalteam in 86 Länderspielen, zuletzt bei der WM 1978 in Spanien, mit dem legendären 3:1 Sieg der Österreichischen Nationalmannschaft in Cordoba über Deutschland (3. Tor Krankl, „I werd' narrisch", geniale Betreuung durch Pepi).
Nicht nur berühmte Fußballer von damals, sondern auch viele Amateursportler gingen bei „Pepi" Flenner ein und aus, um durch sein erfolgreiches therapeutisches Wirken rasch wieder in den Vollbesitz ihrer sportlichen Leistungsfähigkeit zu kommen.

Josef „Pepi" Flenner betreute aber auch die Leichtathleten des ÖLV-Teams, die er 13 mal zu Hallen-EM und Weltmeisterschaften begleitete. Der Leichtathletik Weltverband übergab ihm die Betreuung der Europaauswahl bei den Weltcupveranstaltungen in Montreal 1979, in Rom 1981 und in Australien 1985.

Pepi Flenner betreute weiters sehr erfolgreich die Österr. Olympiamannschaften bei den Olympischen Sommerspielen in Montreal 1976, Moskau 1980, Los Angeles 1984, Seoul 1988 und Barcelona 1992; ebenso die Olympischen Winterspiele in Sarajevo 1984, Calgary 1988 und Albertville 1992 – ein unglaublicher Beweis für fachliches Können und Vertrauen. E

1963: Pepi als Gewichtheber bei den Österr. Meisterschaften

1976: Österreichisches Nationalteam für die WM in Spanien

1982: Betreuerteam Schi-WM in Schladming

Pepi Flenner betreute auch Spitzenradfahrer Roland Königshofer

Nicht zu vergessen dabei die Schiweltmeisterschaft 1982 in Schladming, wo „Pepi“ Flenner, Franz Istvan, „Roberto“ Kragolnik, Manfred Rimser, Willi Breitwieser, Helmut Oblasser, etc. und ich eine sportphysiotherapeutische Intensivpraxis einrichteten, um Sportler wie z. B. Uli Spieß, Hubertus von Hohenlohe sowie die britischen, ungarischen und australischen „Außenseiter“ etc. zu behandeln.

Nachdem der Wettergott mit einem Meter Neuschnee die Veranstaltung etwas verzögerte, haben Franz Istvan und ich die eilig wieder präparierten Pisten unsicher gemacht, während Pepi Flenner mit den Kollegen in der Zwischenzeit die Stellung im Therapiezentrum hielten.

Die persönlichen Höhepunkte seiner Sportmasseur- und sportphysiotherapeutischen Tätigkeit waren sicherlich die Betreuung seines Stiefsohnes Peter Seisenbacher, der sowohl 1984 und 1988 Olympiasieger in Judo wurde.
Unvergessen sind dabei die vielen vorbereitenden Abende im Hause Flenner, wo wir uns mit bescheidenen Mitteln überlegten, die Regeneration während des Wettkampfes schneller zu bewerkstelligen und wie der Flüssigkeitsersatz ohne Magenbelastung herzustellen ist. Wir sind damals, nach vielen Abenden der Diskussionen zu dem Schluss gekommen, dass im Judo zwischen den Wettkämpfen nur kurze lockernde und zum Teil tonisierende Massagen, ausreichender ständiger Flüssigkeitsersatz und Coca Cola ohne Kohlensäure unsere Mittel der Wahl waren.
Seine liebe Frau Adolfine („Adi“) hat uns stets mit der entsprechenden Kraftnahrung für die Diskussionen versorgt (Topfen mit Knoblauch), hat so die Basis für oft nächtelange Diskussionen geschaffen.

Josef „Pepi“ Flenner war ein Mann der ersten Stunde, der als Teilnehmer des Proponentenkomitees gemeinsam mit Univ. Prof. DDDr. Ludwig Prokop, MR Robert Mader, HR Dr. Rudolf Thuri, Willi Dungl und Franz Istvan im Jahre 1977 die Gründung der VÖSM, der Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten voran trieb und der bei der gründenden Generalversammlung des Vereines am 17. 12. 1977 im Bundessportzentrum Südstadt zum geschäftsführenden Vizepräsidenten gewählt wurde. Präsident war damals Prim. Dr. Reinhard Suckert. Die praktische Umsetzung und Durchsetzung und Organisation des Vereines lag jedoch auf den Schultern von Pepi Flenner, dem damals die Elite der Masseure, wie Willi Dungl, Franz Istvan, Werner Elbl, Ossi Kneissl, Gerhard Hacker, Walter Gauhs und Rudolf Thuri zur Seite standen.

Damit war eine Idee, die bei den Olympischen Spielen 1976 in Montreal von Flenner, Suckert und Thuri diskutiert wurde, nämlich die Vereinigung der Österreichischen Sportmasseure zu gründen, in die Realität umgesetzt worden.

23. – 25. Nov.1990: Int.Sportphysiotherapie-Kongress in Innsbruck – v.l. Prof. Ossi Kneissl, Josef Flenner, Prim. Dr. Reinhard Suckert, Prim. DDr. Helmut Kern, Dr.Otto Ventruba

März 1995: Pepi Flenner wird als Mitbegründer der EAS (European Association of Sportmassage) gefeiert

29.11.1997: Pepi ehrt Kurt Waltl, Masseur d. Österr. Davis-Cup-Teams, eines der langjährigen Mitglieder der VÖSM & ÖGS

29.11.1997: 20-jähriges Jubiliäum der VÖSM & ÖGS mit Dr. Sigi Bergmann und Josef Flenner

Stimmungsbild: Vor einer Abreise zu wichtigen Sportwettkämpfen, Josef Flenner mit seiner treuen Helferin (damals Elfi Lechner) heute Elfi Hana

November 1989: Josef Flenner und Elfi Lechner (heute Hana) bewundern die erste Ausgabe der Sportphysiotherapie-Zeitung

In Deutschland haben Hans-Jürgen Montag, Bruno Blum, Dr. Wolf Dieter Montag, Dr. Lenhart die Sportphysiotherapie seit 1971 begonnen aufzubauen und eine Weiterbildungsplattform für Masseure und Physiotherapeuten im Sport, als Zusatzbezeichnung „Sportphysiotherapeut“ zu entwickeln.

Dabei waren Bruno Blum und Hans-Jürgen Montag unsere großen Vorbilder und gemeinsam haben Pepi Flenner, Franz Istvan, Dr. Wolf Frühauf und Dr. Rudolf Thuri und ich uns bemüht, fast zehn Jahre später für Österreich denselben Weg zu beschreiten, um diese gemeinsame Zusatzausbildung und Zusatzbezeichnung „Sportphysiotherapie“ in Österreich einzuführen und den österreichischen Verhältnissen anzupassen. Hier waren uns die deutschen Freunde stets mit guten Ratschlägen und Aufmunterungen zu Hilfe. Gemeinsam gelang es uns das erste Grundausbildungs- und Weiterbildungskonzept umzusetzen. Aus der praktischen Anleitung und Demonstration von manuellen Fertigkeiten im Bereich der Sportmasseure und Sportphysiotherapeuten war Pepi Flenner nicht wegzudenken. Er hat sie geprägt und beeinflusst durch seine vorbildliche Massagetechnik und selbst erklärenden Behandlungskonzepte.

Viele österreichische Sportärzte, Professoren und Wissenschafter (so auch ich) haben es immer wieder zugegeben, wie sehr sie durch das Wissen von Josef „Pepi“ Flenner die Betreuung ihrer Patienten effizienter und erfolgreicher gestalten konnten. Viele gehörten zu seinem engsten Freundeskreis und wissen, dass ihnen jetzt sein Rat nicht mehr zur Verfügung steht.

Ich selbst habe meine ersten Schritte in der Sportphysiotherapie fast „an der Hand“ unter Anleitung von Pepi Flenner, Franz Istvan, aber auch Hans-Jürgen Montag und Bruno Blum, Sabine Reichel und Klaus Eder in der Südstadt, in Stuttgart-Fellbach und im HCC-Hamburg getätigt. Nur um einige zu nennen, mit denen Pepi und ich viele fachliche Diskussionen geführt haben und dabei die Basis für meine eigene Ausbildung und meinen späteren Lebensweg in der Sportbetreuung gelegt haben.

1981 habe ich mich mit dem Konzept von Pepi, mit Hans-Jürgen Montag in den Schladminger Bergen zu einem Intensivseminar über die Zukunft der Österreichischen Sportphysiotherapie, die Qualitätskriterien, die Ausbildungsnormen und die zukünftigen Weiterentwicklungen zurückgezogen.

Mit Pepi Flenner verbrachte ich damals unzählige Abende in der Degengasse unter der liebevollen Betreuung seiner Frau Adi, um letztendlich unser gemeinsames Ziel, die Gründung der Österreichischen Gesellschaft für Sportphysiotherapie durchzuführen. Stets war dabei Josef Flenner mein menschliches, fachliches, tolerantes, einfühlsames, aber zielgerichtetes Vorbild. Nach so vielen Jahren, ist es schmerzlich E

„Pepi" Flenner mit seinem Stiefsohn Peter Seisenbacher, der bei den Olymp. Spielen in Los Angeles '84 und Seoul '88 Gold im Judo holte

und kaum vorstellbar, dass Josef „Pepi" Flenner mir nicht mehr mit Rat und Tat zur Seite steht.

Als Proponentenkomitee fungierten neben Pepi Flenner, Wolf Frühauf, Rudolf Thuri, Otto Ventruba, Bernhard Tachezy u.a. und haben im November 1986 den ersten Internationalen Kongress der Sportphysiotherapie mit dem Thema „Schulter-Knie und Sprunggelenk" sowie „Therapie der Muskulatur im Sport" durchgeführt.

Kern, Prim. Suckert und Prof. Wagner haben damals die wissenschaftliche Leitung inne gehabt, während die gesamten umfangreichen organisatorischen Arbeiten von Pepi Flenner und Franz Istvan durchgeführt wurden. Legendär war damals der Besuch des gesamten Kongresses beim Musical „Cats" im Theater an der Wien, der vielen Kongressbesuchern, aber auch Referenten (B. Segesser, Hans Hoppeler, Heinz Reichmann – damals Würzburg, aus dem Bereich der Orthopädie und Muskelphysiologie aber auch Michael Wagner und Rudi Schabus – Bereich Sporttraumatologie), um nur einige zu nennen, noch immer in nachhaltiger Erinnerung ist.

Josef „Pepi" Flenner war aber auch der Mann der ersten Stunde, der den Einsatz der Bewegungstherapie als integrierten Bestandteil der Sportphysiotherapie propagierte, obwohl andere mit Argwohn bemerkten, das dürfe doch ein Masseur gar nicht.

Pepi Flenner interessierten die beruflichen Unterschiede zwischen Masseuren und Physiotherapeuten. Daher war auch der Kongress 1990, der dritte internationale Kongress für Sportphysiotherapie auf das Thema „Trainingstherapie" ausgerichtet. Heute, 20 Jahre später, hat das Miteinander von Massage und Bewegung selbstverständlich Akzeptanz gefunden. Wiederum war Josef „Pepi" Flenner ein Pionier der ersten Stunde, der mit seinem Weitblick die Zukunft der Sportbetreuung in Österreich nachhaltig beeinflusste.

Pepi Flenner war aber auch ein Vorbild bei der Weiterbildung und Ausbildung bei VÖSM und ÖGS. Bei seinen Demonstrationen, unzähligen Workshops faszinierte er nicht durch seine sprachliche Eloquenz, sondern durch sein gewinnendes Auftreten, durch seine hervorragende fachliche Kompetenz und durch seine unnachahmliche praktische Demonstrationsarbeit. Danach hatte man immer das Gefühl, dass man etwas gesehen und gelernt hatte, das man zu Hause und in der Praxis verwenden konnte.

Josef „Pepi" Flenner hat sich von seiner aktiven Sportbetreuung bei großen Olympischen Spielen und Weltmeisterschaften bald nach seinem 60. Geburtstag zurückgezogen und hat sich danach im Bundessportzentrum Südstadt auf die Ausbildung und Weiterbildung bei VÖSM und ÖGS konzentriert. Er wollte immer, dass VÖSM und ÖGS flächenmäßig alle Bundesländer, aber auch alle Verbände erreichen und abdecken, z.B. durch Betreuungsstützpunkte, die vom Bund, BSO, ÖOC usw. finanziert werden sollten. Jedoch war die Zusammenarbeit und Unterstützung mit der Österreichischen Sporthilfe und dem ÖOC nicht immer reibungsfrei, wodurch damals viel wertvolle Zeit für die Erfüllung dieses Traumes verloren ging.

In den letzten Jahren ist es etwas stiller um Josef „Pepi" Flenner geworden, da er durch seine beginnende Erkrankung, zwar noch rüstig an einigen Kongressen, aber auch Vernissagen z.B. im Wilhelminenspital teilnehmen konnte, jedoch bedurfte er immer mehr der Unterstützung seiner umsorgenden Frau Adi.

Zuletzt wurde Pepi Flenner in Winklarn von seiner Frau liebevoll betreut und bis zu seinem Abschied begleitet.

Der Abschied war vorhersehbar, doch letztendlich so plötzlich, dass nur wenige Weggefährten, Vertreter der Sportverbände oder dankbare ehemalige Spitzensportler an seinem letzten Weg am 6. Juli 2008 teilnehmen konnten.

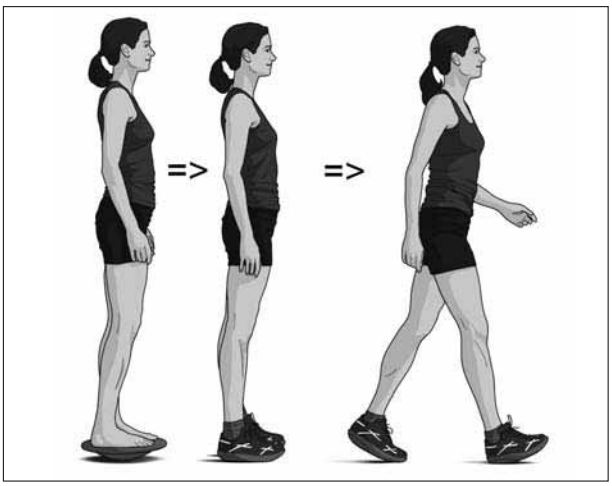
Wir alle haben Pepi Flenner in freundlicher, kraftvoller und vitaler Erinnerung. Wir werden sein Werk, sein aufrichtiges Wesen und seine Menschlichkeit – wir werden Josef „Pepi" Flenner nie vergessen.

Prim. DDr. Helmut Kern

Die Qualität des Gehens

Die instabile Schuhkonstruktion als Trainingsmittel. Von MSc, PT Marcel Mätzler.

Gehen ist die normalste Sache der Welt – und eine Höchstleistung des sensomotorischen Systems! Und das ist noch lange nicht alles: Dieser Regelkreis wird permanent mit bestehender Bewegungserfahrung verglichen, und daraus entsteht das exakte Bild der antizipierten Bewegung.
Wie jedes biologische System muss auch das sensomotorische System mit gezielten Bewegungsaufgaben trainiert werden, um so Defiziten entgegenwirken zu können. Auf unebenem, natürlichem Boden wird dieses sich selbst regulierende System laufend gefordert und damit die Variabilität der Kontrollfunktionen für



das Gehen trainiert. Deshalb sind instabile Trainingsgeräte heute fester Bestandteil von Therapie und Training. Instabile Schuhkonstruktionen wie der MBT erfüllen dabei, im Gegensatz zu Kreise I und Kippbrettchen, die maßgeblichen Voraussetzungen für den Transfer des Trainings in die zielgerichtete Bewegung: Sie ermöglichen das sensomotorische Training während der komplexen Alltags- oder sportspezifischen Bewegung, sie ermöglichen die hohe Wiederholungszahl, die notwendig ist, um die mächtigen Kompensationsmechanismen zu verändern (durch das Tragen im Alltag), und sie ermöglichen das Training in adäquater Situation (im Alltags- oder sportlichen Umfeld).

1) Gehen ist eigentlich einfach – wenn man es einmal gelernt hat! Das Erlernen des erwachsenen Ganges bedarf vieler tausend Wiederholungen während der jahrelangen Entwicklung des kindlichen Bewegungsapparates.

2) Die einmal erlernte Qualität des Ganges, die Sicherheit, mit der Hindernisse bewältigt werden, die Exaktheit, mit der jeder Schritt möglichst schonend gesetzt wird, die Fähigkeit, auf kleinster Unterstützungsfläche in der Balance zu bleiben, verschlechtert sich wieder, wenn sie nicht laufend gefordert wird.

3) Wenn der Boden nicht mehr uneben ist, wenn die Füße in Schuhen eingezwängt sind, die Dämpfen, Stützen und Führen, wenn die Bewegung als solches fehlt (Stichworte Bewegungsmangel und Sitzgesellschaft), durch Alter und Krankheit, lässt die Bewegungsqualität nach.

4) Bewegungsqualität kann durch Training maßgeblich verbessert werden.

5) Es gibt verschiedene Möglichkeiten, der Verschlechterung der Bewegungsqualität entgegenzusteuern: Regelmäßiges (täglich und über mehrere Stunden) Gehen auf natürlichem Untergrund, möglichst barfuss. Training auf instabilen Geräten wie Wackelbrettern und Weichmatten.

6) Wer nicht die Möglichkeit hat, stundenlang auf natürlichem Untergrund zu gehen oder mit Wackelbrettern zu trainieren, der kann eine instabile Schuhkonstruktion verwenden.

7) Vorteile der instabilen Schuhkonstruktion: Man trainiert die komplexe Bewegung, man braucht keine zusätzliche Zeit dafür, man trainiert dadurch länger, und man trainiert im normalen Umfeld.

8) Dies passiert erst mal schon alleine durch das Tragen des MBT. Natürlich kann die Bewegungsqualität noch weiter optimiert werden: Durch verschiedene Übungen. Diese sind im MASAI WALKING Konzept zusammengefasst (für den allgemein sportlichen Bereich). Zur weiteren Optimierung im Spitzensport werden die Übungen zunehmend sportspezifischer.

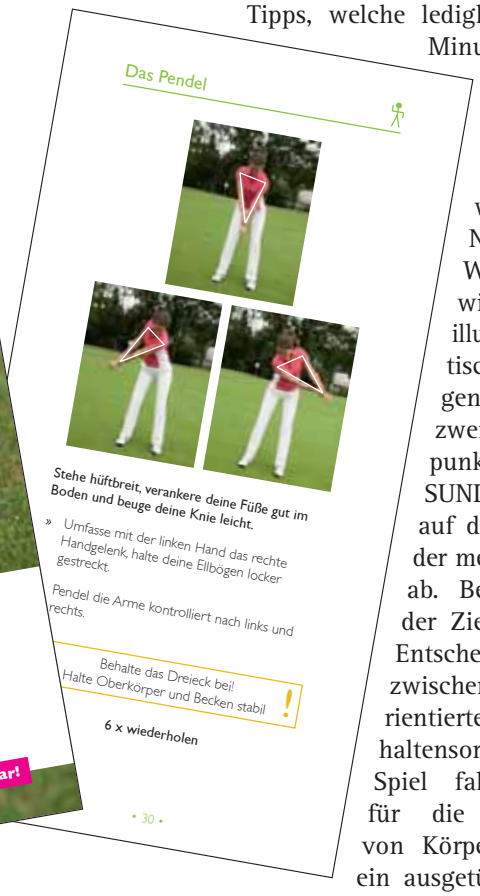
Praxisseminar
Komplexes Sensomotoriktraining mit MBT

Termin: 1./2. November 2008
Kurszeiten: jeweils von 9.00 – 17.00 Uhr
Ort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3
Referenten: Dr. Lukas Trimmel u. PT Marcel Mätzler
Weitere Informationen auf Anfrage bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Tel. u. Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Voranmeldungen für dieses Seminar ab sofort möglich!

Gesund Golfen

Fünf-Stufen-Plan. Autoren Dr. Ursula Hofmann, Gary Felton, Katharina Huemer, Karoline Maier über besseres Golf.

Golf hat die snobistisch anmutenden Kleider längst abgelegt und ist zu einer buchstäblich genialen Kombination aus körperlicher Leistung, mentaler Stärke und der Pflege gesellschaftlicher Kontakte mutiert. Die Fachautoren bieten ihrer Leserschaft in GESUND GOLFEN nebst dem Du-Wort ein auf 136 Seiten individuell zurecht geschnitztes Trainingsprogramm, welches auf die Optimierung der mentalen und physischen Vorraussetzungen abzielt. Der kreative Ratgeber enthält eine Vielzahl an Schmankerln und wertvollen Tipps, die Profis wie Greenhorns gleichermaßen herzhaft abschlagen lässt und passt hervorragend in jedes Golfbag.



Haben Sie gewusst, dass selbst ein Tiger Körper und Geist 40 Minuten lang auf Touren bringt, ehe er das Eisen zückt? Aber nicht nur Woods, auch eine Vielzahl an weiteren Profis haben diesbezüglich ebenso umgedacht wie Amateure, da ohne mentale und körperliche Fitness konstante Erfolge praktisch ausgeschlossen sind. Dies lässt sich freilich auf jede Sportart ummünzen, am Green kann man das Fehlen einer der beiden angesprochen Komponenten bzw. die Disharmonie zwischen Körper und Geist aber besonders schwer kompensieren.

Wer Lust verspürt, sich bereits vor dem Spiel mit dem Spiel auseinander zu setzen, wird Freude und langfristig Erfolg erleben. Das im Buch speziell aufbereitete Warm Up beginnt bereits bei der Anreise zum Platz, zielt in Summe auf die Leistungsmaximierung, sowie letztendlich auf ein erfolgreiches Spiel ab und beinhaltet, neben simplen Dehnungs- und progressiven Entspannungsübungen, auch wertvolle praktische Tipps für die entsprechende Schläger- und Ballbehandlung. Für jene, die dem stressigen Alltag nicht entfleuchen können und deren Zeitdruck augenscheinlich ist, bietet die Lektüre unter dem Motto „besser kurz und effizient, als gar nicht“ einige Quick Tipps, welche lediglich ein paar Minuten in Anspruch nehmen und jedenfalls einen Versuch wert sind.

Neben dem Warm Up sowie reichhaltig illustrierten praktischen Übungen, zielt der zweite Schwerpunkt von GESUND GOLFEN auf das Aktivieren der mentalen Power ab. Beginnend bei der Zielsetzung, die Entscheidung muss zwischen ergebnisorientiertem und verhaltensorientiertem Spiel fallen, werden für die Vereinigung von Körper und Geist ein ausgetüftelter Fünf-Stufenplan sowie individuell einsetzbare, emotionale Tools geboten.

Zu guter Letzt widmet sich der Guide, der auch wertvolle Ernährungstipps bietet, dem Spiel nach dem Spiel und verrät mittels Cool Down, wie man die beanspruchten Muskeln nach einer Runde wieder lockert. Ein Thema, welches bis dato von der Golfliteratur eher vernachlässigt wurde, den Benefit für das Spiel aber mit Sicherheit erhöht.

Gesund Golfen, 136 Seiten stark und nachvollziehbar illustriert, erscheint im Verlag Berger•Horn/Wien, ist in jeder gut sortierten Buchhandlung sowie in allen Golfshops erhältlich und kostet 17 Euro.

© by Golf-Physio-Trainer.eu

Golf-Physio-Trainer® Originalkurse

in Kooperation mit

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten

Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

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 rückenschonende Golfschwung

Golf-Professional
Golflehrer

GOLFSPEZIFISCHE ANATOMIE
Prävention-Beratung-Behandlung von golf-spezifischen 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

Golf-Physio-Trainer®
Sportphysiotherapie

© by Golf-Physio-Trainer.eu

3D-GOLFPOWER ÜBUNGEN
Aus der Erfahrung d. DOSB-Sportphysiotherapie, ATP und PGA Health Center/Ponte Vedra (USA/Fl.)

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. Enzerdorf-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 !

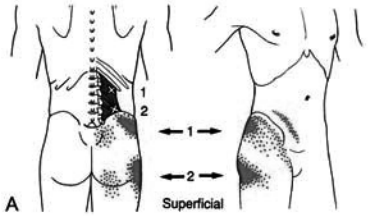
- Workshop´s und wissenschaftlich fundierter Unterricht
- wir betreuen Sie auch nach dem Kurs: monatlicher Wissenstransfer per E-Mail für (Liz.)

Zwei Beispiele von 14 Lehrtafeln

Fortbildungsseminar
Dynamische Neuromuskuläre Massagetherapie (DNM) für LBH-Region

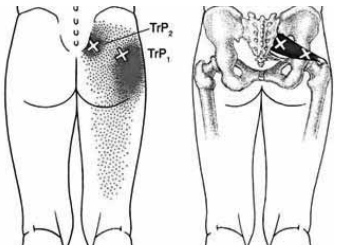
Es ist nicht einfach, Schmerzen in dieser Problemzone präzise abzuklären. Unbefriedigend ist der Ausdruck „Rückenschmerzen" bei Störungen **der Lenden-Becken-Hüftregion.** Als Rücken (Rückgrat) könnte die gesamte Wirbelsäule gemeint werden (vergleiche Rückenschule), genauer wäre „unterer Rückenschmerz"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

Lumbalgie (?)



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).

Ischialgie (?)



Wärme oder passive Dehnung wirken hingegen beruhigend, aber bei einer präzisen und gezielten DNM ist ein Soforterfolg 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 Gelenksmobilisationen um den anatomischen Maximalwinkel zu erreichen.

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

Teil 2 – LBH-Region

Kursinhalt:
- Anatomie in Vivo – Funktionelle Anatomie – Refresher der Lenden-Becken-Hüftregion (Muskel, Nerven, Gelenke, myofasciale 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	
Recht	5 UEH	
Insgesamt	100 UEH u.	135 EH-Heimst.
Praxis:		
Klassische Massage	100 UEH u.	20 EH-Heimst.
Insges. Theorie u. Praxis:	**200 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 18. – 19. Oktober 2008
(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 Sportmasseure 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 mit 22. – 23. November 2008, an 10 Wochenendterminen (1 Wochenendtermin pro Monat (Juli und August – Ferienzeit ausgenommen!)
Weitere Termine werden bis Ausbildungsbeginn noch bekanntgegeben.
Abschlussprüfung im Dezember 2008.
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.

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: Masseure, KG's, Physio's, Ärzte, Sportlehrer, Sporttherapeuten, Sportmasseure, Oedemtherapeuten, Sportphysiotherapeuten.

Termin: 7. – 9. November 2008
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
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.
Kursort: SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3
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. Lymphtaping, 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 Interessensaustausch. Fragen- und Problemstellungen werden in „Klein“-Gruppen erarbeitet. Ziel: Die bisher im Bereich elastisches Taping erworbenen Fähigkeiten sollen vertieft werden. Bitte eine Schere mitbringen!

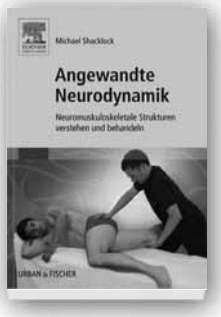
Termin: 9. – 10. Mai 2009
Kurszeiten: Samstag von 9.00 – 18.00 Uhr,
Sonntag von 9.00 – 14.00 Uhr
Referent: Thomas Metzger, Physiotherapeut, Sportlehrer, Sportphysiotherapeut des DSB, certf. Kinesio Tape Instructor, MTC Instructor
Kurskosten, Kursort und Anmeldung:
siehe oben.

Seminar
Wirbelsäulenschule „Erwachsene“

Die VÖSM & ÖGS bietet in Kooperation mit dem „Verein zur Prävention von Wirbelsäulenstörungen e.V.“, Präsident Univ. Prof. Dr. Hans Tilscher, dieses wertvolle Seminar ihren Mitgliedern und Lesern der Zeitschrift „Sportphysiotherapie“ an.

Zielgruppe: Sportpädagoge/in, Sportwissenschaftler/in, Prof./Mag. für Leibeserziehung, Volks-Hauptschul-AHS-Pädagoge/in, Kindergärtner/in, Sport-, Fitnesstrainer/in, Gymnastik-/Übungs-Leiter/in, Arzt/in, Ergo-, Physiotherapeut/in und Kranken-Schwester, Pflegepersonal, Masseure/in, Heilmasseur/in, mediz. Personal.
Die Kurse sind approbiert für das DFP der ÖÄK
Kursinhalt:
• Theoretischer Teil
Einführung in die Problematik – Anatomie – Muskelverkürzungen – Muskelabschwächungen – Instabilität und Hypermobilität der Wirbelsäule – Fehlstereotypien, -haltungen – Alltagsverhalten (Heben, Tragen, Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen etc.)
• Praktischer Teil
Muskelfunktion – Stabilisierung, Mobilisierung – Alltagsverhalten, ergotherapeutische Schulung – Dynamische Kräftigung, Trainingstherapie – Entspannungstechniken, Heilgymnastik
Termin: 21. – 23. November 2008
Kursort: Orthopädisches Spital, 1130 Wien, Speisingerstraße 109
Kurszeiten: Feitag, 14.00 – 19.00 Uhr
Samstag, 9.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 9.00 – 16.00 Uhr
Kursgebühr: € 310,– f. Mitgl., € 360,– f. Nichtmitgl.
Referenten: PT Elena Eckardt,
OA Dr. Leitner Mathias, FA für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie,
Dr. Christoph Michlmayr, FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie
Anmeldungen: schriftlich bei VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung wird, wenn der gewünschte Kursplatz noch verfügbar ist, eine Anmeldebestätigung mit einer Zahlungsaufforderung und Einzahlungsfrist übermittelt.
Ist der gewünschte Kursplatz nicht verfügbar, erfolgt eine Vormerkung auf der Warteliste und diesbezüglich eine schriftliche Verständigung. Wird für diesen Kurs kein Platz frei, wird eine Vormerkung für den nächsten stattfindenden Kurs vorgenommen.
Jeder Kurs schließt mit einem entsprechenden Zertifikat ab. Verschiebungen/Absage des Kurses oder Änderungen der Lehrbesetzung bleiben vorbehalten.

Universitätsbuchhandlung
für Medizin, Pharmazie,
Gesundheitsberufe
Berggasse 2, 1090 Wien
T +43 1 319 53 06
F +43 1 310 56 66-14



SHACKLOCK

Angewandte Neurodynamik

Neuromuskuloskeletale Strukturen verstehen und behandeln

2008, Urban & Fischer, 296 Seiten
ISBN 978-3-437-48380-6, EUR 44,20

Ein praktisches Buch für alle Therapeuten, die sich professionell und auf dem neuesten Stand mit Schmerz, Nerven und dem Bewegungssystem beschäftigen wollen – und die das Ziel haben, das neuromuskuloskeletale System auch auf der neuralen Seite nicht zu vernachlässigen!

POLATAJKO, MANDICH

Ergotherapie bei Kindern mit Koordinationsstörungen

Der CO-OP Ansatz

2008, Thieme, 146 Seiten inkl. CD-ROM
ISBN 978-3-13-145711-0, EUR 56,50

Der kognitive Ansatz CO-OP wurde für Praktiker entwickelt, die nach einem neuen Weg suchen, Handlungsprobleme von Kindern mit Koordinationsstörungen zu verstehen und zu lösen.
Sie erfahren, warum und wie CO-OP entwickelt und die Wirksamkeit nachgewiesen wurde. Sie lernen auf der Grundlage kognitiver Verhaltenstheorien und des motorischen Lernens kognitive Strategien zu entwickeln und anzuwenden.

5. Auflage

SCHILDT-RUDLOFF, SACHSE

Wirbelsäule

Manuelle Untersuchung und Mobilisationsbehandlung für Ärzte und Physiotherapeuten

2008, Urban & Fischer, 268 Seiten
ISBN 978-3-437-46991-6, EUR 41,10

Das Buch stellt die manualmedizinischen Funktionsuntersuchungen aller Wirbelsäulenabschnitte und des Beckens ausführlich dar. Die Möglichkeiten physiotherapeutischer Befunderhebung sind dabei eingeschlossen. Im Anschluss an die Untersuchung beschreiben die Autoren die schmerzgezielte unspezifische Mechanotherapie sowie die segmentale passive und aktive Mobilisation der einzelnen Wirbelsäulenabschnitte.

11. Auflage

LEUTERT, SCHMIDT

Funktionelle und systematische Anatomie für Gesundheitsberufe

2008, Urban & Fischer, 392 Seiten
ISBN 978-3-437-46422-5, EUR 30,80

Die ideale Kombination aus anatomischem Wissen und der Erläuterung funktioneller Zusammenhänge. Neben der detaillierten Darstellung der menschlichen Anatomie fördert es das Verständnis für komplexe Bewegungsabläufe und die entsprechenden Muskelketten. Besonders praxisnah: die anatomisch-funktionelle Erklärung, wie reflektorische, an der Haut ansetzende Therapiemaßnahmen das Bewegungssystem beeinflussen.

3. Auflage

REICHEL, GROZA-NOLTE

Physiotherapie

Band 2

2008, Thieme, 259 Seiten
ISBN 978-3-13-148663-9, EUR 56,50

Mehr Lernerfolg durch Visualisierung! Das ist das überzeugende Grundprinzip dieses herausragend illustrierten Lehrbuches für Physiotherapieschüler. Mit diesem praxisorientierten Lehr-Lernbuch haben angehende Physiotherapeuten ein optimales Arbeitsmittel zur Hand, das auch über Prüfungshürden hilft. Berufsanfänger und Wiedereinsteiger nutzen das Buch zum Nachschlagen, Üben und Aktualisieren.

2. Auflage

VON BERG (HG.)

Angewandte Physiologie

Band 4: Schmerzen verstehen und beeinflussen

2008, Thieme, 467 Seiten
ISBN 978-3-13-131112-2, EUR 72,–

Um Schmerzpatienten gerecht zu werden, brauchen Physiotherapeuten ein grundsätzliches Verständnis für Schmerzursachen, Schmerzmechanismen und Schmerzverarbeitung und ein breites therapeutisches Handlungsspektrum von der Manualtherapie über die Triggerpunkt-Therapie bis zur integrativen Bewegungstherapie. Das Studium dieses Buches vermittelt die vielfältigen Aspekte moderner Physiotherapie bei Schmerzpatienten.

Fortbildungsseminar
Kissenschwingkurs

mit Rolf Ott/CH

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: 11. – 12. Oktober 2008
Kurszeiten: 9.00-18.00 Uhr
Kursort: Bildungszentrum SIAK, 2514 Traiskirchen, Akademiestr. 3
Referent: Rolf Ott/Ch
Kurskosten: 490,– inkl. Original Schwingkissen von Natur-Medizin-Technik®
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-Schwinkissen 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.

24. INT. SPORTÄRZTEWOCHE
07. – 12. Dezember 2008 in Zell/See-Kaprun
Info und Anmeldungen unter *www.aerztekongress.at*

Die eigene Arbeit effizienter gestalten mit
Applied Kinesiology für Masseure und Sportmasseure

Entsprechend dem Kursprogramm der Intern. Ärztegesellschaft für Applied Kinesiology wird eine Kursserie speziell für Masseure und Sportmasseure angeboten.

Teil I – Einführungsseminar

Unterrichtet werden die Prinzipien der Applied Kinesiology, Muskeltestung, Grundsätze der Wirbelsäulenbehandlung, Behandlung mit Muskeltechniken

Termin: 22. – 23. November 2008
Kursort: SIAK-Bildungszentrum, Traiskirchen
Referent: Dr. Werner Klöpfer, FA für Neurologie und Psychiatrie, Manuelle Therapie, Applied Kinesiology, DIBAK, Lehrer der IMAK
Kursgebühr: € 270,– für Nichtmitglieder, € 250,– für Mitglieder von VÖSM & ÖGS und ICAK-A
Anmeldung: bis spätestens 4. November 2008 bei der VÖSM & ÖGS, 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 32633, Kto.Nr. 219.188

Refreshing-Seminar
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. Gerade bei hartnäckigen oder Therapie-resistenten Beschwerden (zum Beispiel chronische Lumbalgie) erweist sie sich als eine sehr erfolgreiche Behandlungsmethode.

Termin: 8. – 9. November 2008
Kurszeiten: Samstag, 8. November 2008 von 9.00 – 18.00 Uhr
Sonntag, 9. November 2008 von 9.00 – 14.00 Uhr
Kursort: SIAK-Bildungszentrum, Traiskirchen
Referentin: Sabine Gieber, Dipl. Physiotherapeuten, Sportphysiotherapeutin
Kurskosten: Für Mitglieder € 220,–, für Nichtmitglieder € 260,–
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 32633, Kto.Nr.219.188

Anzeige

Grundkurs
Fußreflexzonenmassage

Inhalte:
• Einführung in die Grundlagen der Reflexzonentherapie • Techniken der Fußreflexzonenmassage
• Indikation und Kontraindikationen
• Erkennen und Behandeln der Organzonen am Fuß

Termin: 25. – 26. Oktober 2008 (20 UE)
Kurskosten: für Mitglieder € 240,–,
für Nichtmitglieder € 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, Faszienverhältnisse

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
Kursleitung: Ass. Prof. Dr. Karl-Heinz Künzel
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, Tel. 02236/865875, Fax 02236/26833401 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Praxisraum jeweils DI, DO zu vermieten.
20 m², 2. Bezirk, Nähe U2/U4 Schottenring. Vorzugsweise an MasseurIn, PhysiotherapeutIn, OsteopathIn.
E monila@gmx.at, T

Upledger CranioSacral Therapie®
Kursangebot 2008/09

Upledger CranioSacral Therapie®
Philosophie, Anatomie, CranioSacrales System, SomatoEmotionale Entspannung
Einführungskurse
» Salzburg 13.10. – 18.10.2008
» Linz 06.01. – 11.01.2009
» Wien 19.01. – 24.01.2009
» 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
» Wien 09.03. – 14.03.2009
» Linz 21.03. – 26.03.2009

Mobilisierende Osteopathische Techniken
Indirekte und direkte Techniken für Wirbelsäule, Brustkorb und Becken
Strain and counterstrain - spinale Mobilisation - muscle engergy
Spinale Mobilisation
» Linz 15.05. – 19.05.2009

Funktionsstörungen im Kauorgan
» Linz 03.11. – 06.11.2008
» Linz 05.05. – 09.05.2009

Kommunikationsreihe neu
Dialog I
» Laab/NÖ 22.01. – 24.01.2009
» Innsbruck 26.02. – 28.02.2009
» Graz 26.03. – 28.03.2009

Ausführliches Jahresprogramm 2008/09, Information und Anmeldung:

UPLEDGER INSTITUT ÖSTERREICH

Frau Christine Dillinger
Sparbersbachgasse 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

QUALITÄTSSIEGEL

Die VÖSM & ÖGS hat nun auch, neben dem WAFF-Wiener ArbeitnehmerInnen Förderungsfonds, dem Land Oberösterreich BILDUNGSKONTO für VÖSM & ÖGS sowie Anerkannter Bildungsträger nach dem Kärntner Arbeitnehmerförderungsgesetz-Bildungsschek, die Voraussetzung für die Vergabe der NÖ. Bildungsförderung von der Zertifizierungsstelle für Aus- und Weiterbildungsanbieter des Landes Niederösterreich, Donau-Universität Krems erfüllt und wurde in die Liste der anerkannten Bildungsträger aufgenommen.
Hiermit haben unsere Kursteilnehmer die Möglichkeit, Förderungen für ihre berufliche Weiterbildung zu bekommen. Anträge auf Förderung müssen bei oben genannten Institutionen nach Beendigung der Weiterbildung eingebracht werden.
Informationen dazu bekommen Sie bei der VÖSM & ÖGS.

20 NEUE SPORTMASSEURE

23 Kandidaten sind bei der komm. Abschlussprüfung der 29. Sportmasseurausbildung der VÖSM & ÖGS am 28. Juni 2008 angetreten und 20 Absolventen wurden die Diplome von der Kursleitung überreicht. Drei Kandidaten müssen noch Prüfungen nachholen. Es ist immer wieder eine Freude, zu sehen, mit welcher Begeisterung die Kandidaten ihre Übungen in der Praxis ausführen, stellte die Leiterin der Ausbildung, Elfi Hana fest. Auch die Referenten waren mit den gebotenen Leistungen der Prüfungskandidaten sehr zufrieden. Immerhin schafften 10 Kandidaten die Abschlussprüfung mit „ausgezeichnetem Erfolg“, worauf auch wir sehr stolz sind.
Die VÖSM & ÖGS gratuliert auf diesem Wege nochmals herzlich allen Absolventen/innen.

Mit „ausgezeichnetem Erfolg“ bestanden:
Forsthuber Markus, Fürthauer Andrea, Grünzweig Jakob, Hermanek Karin, Holub Hans, Hruza Barbara, Lavnick Paul, Mag. Mehmedovic Mersad, Radlwimmer Christine, Schimpf Claudia

Mit „gutem Erfolg“ bestanden:
Dehmel Eva, Siart Jan, Taus Martin

Mit „Erfolg“ bestanden:
Bacher Stefan, Dorninger Ralph, Mag. Glatz Sophie, Mauthner Andrea, Portschy Carina, Schruff Nicole, Wilhelm Ulrike

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
Kurszeiten: Donnerstag 9.00 Uhr – 17.00 Uhr bis Sonntag 9.00 Uhr – 17.00 Uhr
Kursort: SIAK Bildungszentrum Traiskirchen
Referent: Bernhard Forsthuber, Trainer für Tuina Praktik und Physikopraktik
Kurskosten: € 440,– für Mitglieder,
€ 500,– für Nichtmitglieder, inkl. Skripten
Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM &ÖGS

2008/09

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

VÖSM & ÖGS

11.-12.10.08 WBA-Kissenschwingkurs
– Rolf Ott/CH
17.-19.10.08 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 2. Modul
18.-19.10.08 Massage Grundausbildung
– 1. Modul
25.-26.10.08 Fußreflexzonenmassage-Grundkurs
– H. Schwarz
01.-02.11.08 Komplexes Sensomotoriktraining mit MBT
– Dr. L. Trimmel, PT Marcel Mätzler
07.-09.11.08 Medical Taping Concept, inkl. Kinesio-Tape
– Evangelos Charitos/D
08.-09.11.08 Triggerpunkt f. Masseure – Refresherseminar
– PT S. Gieber
14.-16.11.08 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 3. Modul
22.-23.11.08 Applied Kinesiology
– Dr. Werner Klöpfer
21.-23.11.08 Wirbelsäulenschule „Erwachsene“
– Team v. Prof. Dr. Tilscher
12.-14.12.08 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 4. Modul
16.-18.01.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 5. Modul
24.-25.01.09 Tuina Praktik GK I
– Bernhard Forsthuber
14.-15.02.09 Tuina Praktik GK II
– Bernhard Forsthuber
20.-22.02.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 6. Modul
21.02.2009 DNM-Seminar – 2. Teil
– Martin Roth
07.-08.03.09 Tuina Praktik GK III
– Bernhard Forsthuber
20.-22.03.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 7. Modul
17.-19.04.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 8. Modul
18.-19.04.09 Tuina Praktik PP
– Bernhard Forsthuber
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. Christian Haid
– Dieter Hochmuth
15.-17.05.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 9. Modul
05.-07.06.09 Sportmasseurausbildung 2008/09
– 10. Modul
27.06.2009 Abschlussprüfung Sportmasseurausbildung

Neustart einer
MASSAGE-GRUNDAUSBILDUNG
für die Teilnahme zur Ausbildung in Sportmassage 2008.
18. – 19. Oktober 2008 1. Teil (insgesamt 10 Teile), weitere Termine auf Anfrage.
Anmeldungen erbeten an VÖSM & ÖGS

Neustart!
Einzig gesetzlich geregelte
SONDERAUSBILDUNG SPORTPHYSIOTHERAPIE
für Physiotherapeuten in Österreich!
Ab Frühjahr 2009.
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

Neustart
Ausbildung in „SPORTTHERAPIE“
ab 22. – 23. November 2008 1. Modul, weitere Termine auf Anfrage
Anmeldungen 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 Masseure, Breuss-Dorn-Fleig-Seminar, Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® mit Kissenschwingkurs (s. S. 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