

**2008: Zehn neue  
Seminare**



Vereinigung Österreichischer Sportmassenreue und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

# sport physiotherapie



März 2008  
19. Jahrgang • Heft 1

Im Internet unter [www.sportphysiotherapie-sportmassage.at](http://www.sportphysiotherapie-sportmassage.at)



# Das Comeback

**Red Bull-Stürmer Marc Janko nach brutalem Foul schwer verletzt. Nach Operation und einem Jahr gezielte Therapie wieder voll da. Der Leidensweg.**





# 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

# Leidensweg

Vor über einem Jahr sah es gar nicht gut aus für Marc Janko, dem Shooting Star bei Red Bull Salzburg: Am 24. Februar 2007 wurde der Stürmer im Bundesliga-Spiel gegen Sturm Graz vor dem Strafraum brutal niedergetreten. Die Folge: Schwere Verletzung am rechten Knöchel, der Knorpel am oberen Sprunggelenk war so schwer lädiert, dass ein vorzeitiges Karriere-Ende der erst kurzen und hoffnungsvollen Fußballer-Laufbahn nicht ausgeschlossen werden konnte. Umso erfreulicher, dass Marc – allerdings erst nach fast einjähriger Rehabilitation – wieder voll fit ist, bei Red Bull Salzburg wieder Tore schießt und für den Kader des österreichischen Nationalteams auf Abruf bereit steht. Marc Janko ist ein Beispiel dafür, dass selbst in fast aussichtslosen Fällen nach Verletzungen ein Comeback im Leistungssport möglich ist – sofern das medizinische Umfeld, die ärztliche Betreuung, die sportphysiotherapeutischen Anwendungen nicht nur optimal sind, sondern auch die Abstimmung unter den Betreuern perfekt funktioniert.

Dr. Jens Enneper, leitender Mannschaftsarzt bei Red Bull Salzburg, beschreibt den Leidensweg von Marc Janko und schildert penibel genau, wer von der medizinischen Abteilung bei Red Bull für welchen Bereich bei Jankos Therapie zuständig war („Ein langer Weg“ ab Seite 11). Von der ersten Operation, der sechswöchigen Reha in Regensburg, den ersten Schritten im Wasserbecken, den ersten Gehversuchen auf dem Laufband bis zu den ersten Trainingseinheiten in der Kampfmannschaft.

Nicht zu vergessen: Der eiserne Wille von Marc Janko, der all die Schmerzen, Strapazen, Entbehrungen und Enttäuschungen in den vergangenen Monaten auf sich genommen hat, um seinen Traum-Beruf Fußballer doch noch ausüben zu können. Frei nach dem Bibelzitat von Johannes: „Wo ein Wille, ist auch ein Weg...“

Ihr



Oskar Brunnthaler

## INHALT

- 3 EDITORIAL** *Leidensweg* **4 DER KONGRESS** *Nachlese vom 1. Intern. Kongress – mit Beiträgen von Dr. Christoph Michlmayr, Dr. Eduard Lanz und Günther Bringezu*  
**9 COVER** *Ein langer Weg – Marc Jankos Rückkehr in die Fußball-Bundesliga*  
**15 FORTBILDUNG** *Das Medical Taping Concept (MTC) – Thomas Metzger*  
**16 FORTBILDUNG** *Sportmasseur-Ausbildung* **22 TERMINE** *Kalender 2008*

## IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) & Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), Johann-Steinböck-Str. 5, 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, Johann-Steinböck-Straße 5, 2346 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

# Gegenseitig unterstützende Systeme

**Muskelfunktionsuntersuchung. Von Dr. Christoph Michlmayr.**

Der Bewegungsapparat ist das größte System des Körpers und auch das störungsanfälligste. Schmerzen aus dem Stütz- und Bewegungsapparat sind die häufigste Ursache, die einen Menschen zum Arzt oder in eine Behandlung führen. Es ist daher durchaus sinnvoll, sich zu überlegen, welche Faktoren der Bewegungsapparat zu einem problemlosen Funktionieren braucht.

Man kann im Prinzip zwei große Parameter festlegen. Das eine ist die **Mobilität**. Einschränkungen der Bewegung und der Beweglichkeit in diversen Gelenken oder Bewegungsgruppen werden vom Patienten sehr rasch und sehr fein als störend wahrgenommen. Es ist schon allein faszinierend, wie stark nur eine segmentale Bewegungsstörung im Bereich der HWS vom Patienten wahrgenommen wird. Die Aussage: „Ich kann mich beim Autofahren nicht mehr entsprechend umdrehen“, ist eine sehr häufig geäußerte Klage im Bereich der Halswirbelsäule.

Der zweite wichtige Parameter ist die **Stabilität**. Die Stabilität ist Voraussetzung für ein beschwerdefreies, schmerzfreies Funktionieren des Bewegungsapparates. Allerdings tritt hier die Dualität dieser zwei Begriffe schon zu Tage. Mobilität und Stabilität können aufgrund des Aufbaues des passiven Bewegungsapparates (Gelenksform, Kapsel- und Bandstrukturen etc.) nicht optimal miteinander kombiniert werden.

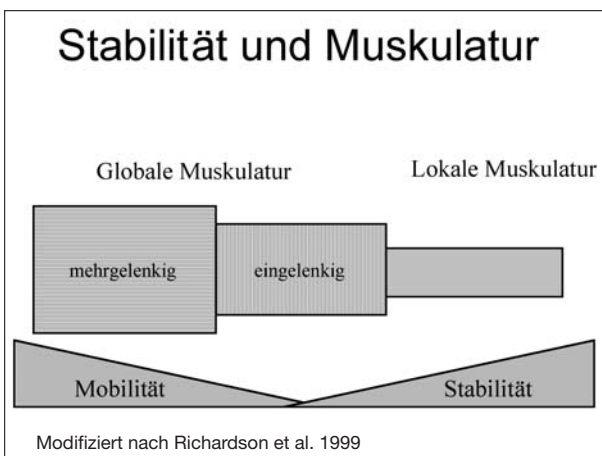
Die bewegende Funktion der Muskulatur weist ein weiteres Problem auf, dass in der Bewegung der Antagonist natürlich auch immer passiv eine Bewegung hemmen kann, d.h. eine fehlende Rotation nach links kann ausgelöst sein durch abgeschwächte Linksrotatoren oder verkürzte Rechtsrotatoren. Voraussetzung (darüber sollte man sich im Klaren sein) ist also, dass es zu jeder Bewegung einen Agonisten und Antagonisten geben muss. Daraus ergibt sich im weiteren Hinblick auf die Untersuchung der Blick auf die Funktion, weg von einer anatomischen Struktur.

Die Muskulatur kann in zwei große Gruppen eingeteilt werden, die sogenannte globale Muskulatur und die sogenannte lokale Muskulatur.

Die **globale Muskulatur** kann wieder unterteilt werden in mehrgelenkig und eingelenkig, die **lokale Muskulatur** wird nicht mehr weiter unterteilt. Die globalen Muskeln sind v.a. für die Mobilität zuständig während die lokalen Muskeln v.a. für die Stabilität zuständig sind. Überschneidungen sind vorhanden.

Dieses Wissen ist auch notwendig für die Therapie, da die lokalen Haltemuskeln durch ihre fehlende dynamische Funktion entsprechend durch dynamische Übungen auch nur sehr schlecht trainiert werden können. Dadurch ergibt sich sehr häufig auch die Problematik, dass ein durchaus auf den ersten Blick sehr kräftig und funktionell wirkendes Muskelkorsett im Bereich der Haltemuskulatur durchaus Insuffizienzen aufweisen kann. Als Paradebeispiel mag hier der Bodybuilder dienen, der überdurchschnittlich häufig unter z.B. Listhesen im Bereich der Wirbelsäule klagt, da die langen, großen, kräftigen, das Körperrelief bildenden Muskelgruppen zwar extrem gut bis nahezu perfekt ausgebildet sind, jedoch die kurze Haltemuskulatur aufgrund fehlender Trainingsreize meist nur insuffizient ausgebildet ist.

Diese lokale Muskulatur sollte überhaupt die meiste Aufmerksamkeit im Gesundheitsbereich auf sich ziehen. Es ist bekannt, dass diese Muskulatur darüber entscheidet, ob ein Bewegungsapparat schmerzfrei funktionieren kann oder nicht. Diese Muskulatur stellt die effizienteste Form der segmentalen Stabilität dar. Die Funktion ist günstigerweise haltungsunabhängig und eine Mechanoinsuffizienz kann nicht auftreten, weil hier nur geringe Verkürzungen zur Erhaltung der Funktion notwendig sind.



Das Verbindungsglied zwischen diesen beiden Begriffen stellt die Muskulatur dar. Hier muss auch wieder unterschieden werden zwischen der bewegenden Funktion der Muskulatur und der stützenden Funktion.



Internationaler Kongress 2007 im Thermenland Congress Center Loipersdorf: Dr. Christoph Michlmayr bei seinem Vortrag

Wenn man sich nun die Möglichkeiten der Stabilitäts-suche des Körpers ansieht, findet man neben der Gelenksform und den Kapsel-Bandstrukturen natürlich die Muskulatur, die hier auch kompensatorisch wirken kann und in ihrer Funktion durch eine entsprechende Bandage noch unterstützt werden kann. Aus dieser Aussage alleine ergibt sich die Tatsache, dass Bandagen und eine stabilisierende Muskulatur kein Widerspruch sind, sondern im Gegenteil sich gegenseitig unterstützende Systeme darstellen.

### Welche Überlegungen ergeben sich daraus für die Therapie?

Es wurde bereits oben angeführt, dass die Stabilität, sofern sie fehlt, Auslöser der Beschwerden ist. Interessant ist hierbei auch das Reaktionsmuster im Sinne der Dysfunktion. Die lokalen Muskeln reagieren über eine Atrophie, Hemmung, Ermüdung und Koordinationsstörung. D.h. diese Muskeln müssen gekräftigt werden. Es bedarf hier eines Ausdauertrainings und auch eines Koordinationstrainings.

### Wie können nun hier Probleme ausgelöst werden?

Durch Fehlbelastungen kommen Schmerzen. Dadurch wird hier die Problematik weiter verstärkt. Schmerzen führen zu einer Hemmung der stabilisierenden Muskulatur.

Allerdings kann auch aus dem Bereich der globalen Muskulatur ein wichtiger Input erfolgen. Diese Muskelgruppen sind ebenfalls in therapeutische Überlegungen mit einzubeziehen. Durch muskuläre Dysbalancen, d.h. das Ansetzen von verkürzten und abgeschwächten Muskeln an einem Gelenk, kommt es zu einer Störung der Gelenkmechanik mit nachfolgenden arthrotischen Veränderungen. Diese arthrotischen Veränderungen können Schmerzauslöser sein

und dann einen Problemkreis eröffnen, der durchaus die segmentale Muskulatur mitbetreffen kann.

Im Bereich der Prophylaxe scheint daher vor allem der Check der globalen Muskulatur entscheidend zu sein, um hier diese biomechanischen Probleme nicht aufkommen zu lassen. Für die segmentale Muskulatur liegen nur begrenzte Muskelfunktionstests vor. Gerade im Bereich der Wirbelsäule muss hier vor allem auf manualmedizinische Untersuchungen verwiesen werden.

### Wie kann nun so eine muskuläre Dysbalance ausgelöst werden?

Auslöser sind hier vor allem die Fehlstereotypien, Fehlhaltungen und einseitige Belastungen. Allerdings können auch falsche Trainingsansätze mit einem einseitigen Training hier zum Auslöser werden.

Zusammengefasst darf noch folgendes bemerkt werden. Um ein problemloses Zusammenspiel des Bewegungsapparates sowohl von aktiver als auch passiver Seite her zu gewährleisten, ist sowohl eine gute Ausbildung und Ausformung der passiven Strukturen der Gelenke notwendig (Gelenksform, Kapselapparat, ...), allerdings können hier bestehende Defizite durch eine entsprechende Muskulatur ausgeglichen werden. Wichtig ist dabei zu bemerken, dass dieses Ausgleichen immer und regelmäßig zu erfolgen hat, da die genannten Funktionen der Muskulatur bei entsprechendem Nichtbelasten bzw. Nichttraining wieder verloren gehen. Die globale Muskulatur ist verantwortlich für den Faktor Ausdauer und Kraft, die segmentale Muskulatur für den Faktor Koordination. Erst das Zusammenspiel dieser beiden Muskelgruppen/drei Funktionen des Muskels, ermöglicht eine völlig problemlose Funktion des Bewegungsapparates.

*Literatur beim Verfasser*

# Problem Muskelverkürzung

**Dehnen – Kräftigen – Bewegen. Von Dr. Eduard Lanz.**

**G**elenksprobleme, die schon im Wachstumschub durch Fehl- und Überbelastung, durch Bewegungseinschränkungen und Sport, oder ganz einfach beim Älterwerden entstehen, beschäftigen täglich Therapeuten und Sportmasseure. Wie kann man diese Erkrankungen vermeiden, möglichst lange aufhalten oder wieder heilen. Natürlich wollen wir alle nicht einfach das Symptom Schmerz betäuben, sondern die Ursachen beheben. In der akuten Phase eines Schmerzes wird nichts anderes übrig bleiben, als die Schmerztherapie mit physikalischen Maßnahmen wie Eisbeutel, Ruhigstellung oder Limitierung der Fehlfunktion mit Bandagen und Tapeverbänden. Das alleine, ohne ursächlich zu behandeln, ist aber für den Therapeuten, wie auch für den Patienten, frustrierend.

## Was bringen Übungen?

Gelenksknorpel haben keine eigene Blutgefäßversorgung, sondern werden nur durch den Wechsel von Druck und Entlastung, also durch Bewegung ernährt. Das erste Ziel der Behandlung heißt daher, eine Verbesserung dieser Saug- Pumpwirkung auf den Knorpel durch **Dehnungsübungen**. Wir beanspruchen unsere Muskulatur nur mehr auf Kraft und zu wenig auf Dehnung, wodurch es zu Muskelverkürzungen kommt. Im Alltag, Schule, Büro, oder selbst auf der Toilette, wird der Bewegungsapparat in so genannter schonender Mittelstellung gehalten, und wir können dadurch relativ ermüdungsfrei unsere tägliche Arbeit, das Auto fahren etc. erledigen. Wenn wir dann ein-

mal mit einem Kind auf dem Boden spielen, spüren wir erst, wie kurz unsere Muskeln und wie steif unsere Gelenke geworden sind.

Wenn man ein Gelenk im Tierversuch ruhig stellt, entstehen innerhalb von 14 Tagen degenerative Veränderungen und nach vier Wochen dauernde Schäden. Die Behandlung bedeutet daher Verhindern und Korrektur von Bewegungseinschränkungen. Die einseitigen Zwangshaltungen, Kleidung, Schuhmode etc. führen dazu, dass Gelenke nicht im vollen Bewegungsumfang durch bewegt werden. Wie Schubladen, die streng gehen, bleiben sie dann stecken, und es kommt zu Blockierungen. Diese lösen sich normaler Weise von selbst und im Schlaf, können aber auch reflektorische Verspannungen auslösen und Ursache starker Schmerzen werden. Gezielt kann dieses Problem durch **Mobilisationsübungen** der Wirbelsäule und der Gelenke, sowie durch Physiotherapie, manuelle Behandlungsformen und Kurbäder behandelt werden. Degenerative Knorpelveränderungen sind auch Zeichen von Fehlbelastungs- und Koordinationsstörungen. Das heißt, das Zusammenspiel der Muskulatur stimmt nicht, und wie durch schlechte Bewegungstechnik im Sport, kann auch ein falsches Gangbild zur Ursache von Knorpelproblemen werden. Durch gezielte **Kraftübungen** und **Bewegungsübungen** (Koordinationsübungen), muss hier Abhilfe geleistet werden.

Aus dem DKB-Buch habe ich die drei am häufigsten verordneten Dehnungs-, Kräftigungs- und Bewegungsübungen zusammengestellt.

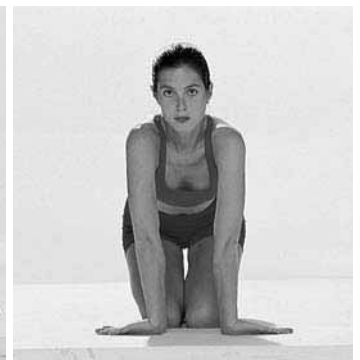
**Wir beginnen bei unserem Programm immer mit den Dehnungsübungen  
(bei jeder Übung 3 x 5–20 sec. die Dehnung halten:**



Dehnung der Wadenmuskulatur



Dehnung der Hüftbeuger



Dehnung der Streckseite der Unterarme

# Problem Muskelverkürzung

Dehnen – Kräftigen – Bewegen. Von Dr. Eduard Lanz.

Heilung durch Aktivierung der eigenen Regenerationskräfte mit manuellen Techniken, lokal wirkenden Salben, Gelen oder Ölen, Ernährungsumstellung, bzw. Ergänzung ist die Basis jeder Behandlung, um durch DKB die Ursachen der Beschwerden in den Griff zu bekommen.

Ein wichtiger Punkt in der Aufklärung und Betreuung der Sportler ist die Gebrauchsanweisung für den Bewegungsapparat, die Therapeuten wie ein Rezept den Patienten mitgeben müssen. Will man ganz exakt vorgehen, testet man den Sportler mit den Muskelfunktionsprüfungen. Auf Grund der festgestellten Verkürzungen, Abschwächungen und Koordinationsstörungen ist es möglich, ein individuelles Programm zur Behebung dieser Störungen und zur gezielten Leistungsverbesserung zusammen zu stellen.

Eine Art „Erste Hilfe“ bei Schmerzen zur Unterbrechung des Kreislaufs zwischen Blockierung und Verspannung stellt die manuelle Dehnung dar. Sie wird vielleicht das Thema beim nächsten Seminar für Sporttherapeuten und Sportmasseure sein.

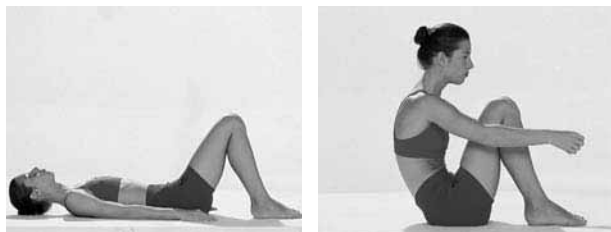
Dazu ein spezielles Angebot: 1 DKB-Buch incl. Lehrfilm auf DVD (oder Video) um € 30,- plus Versand.

**Info:**

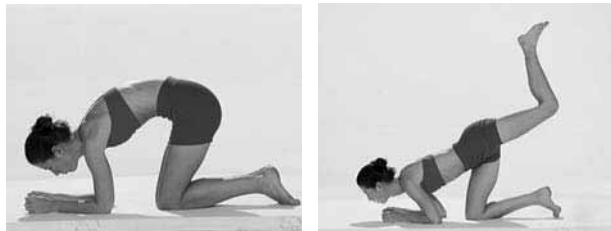
E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

**Die häufigsten Koordinationsstörungen behandeln wir mit diesen Übungen (10 x exakt):**

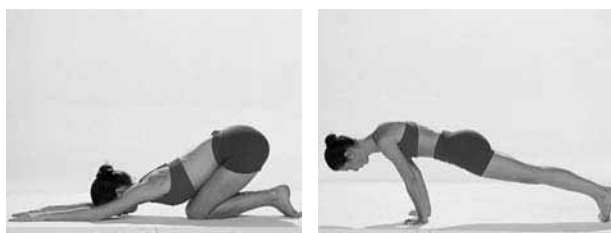
**Die wichtigsten Kraftübungen (10 x langsam) für die Wirbelsäule, der Zentrale des Bewegungsapparates, sind:**



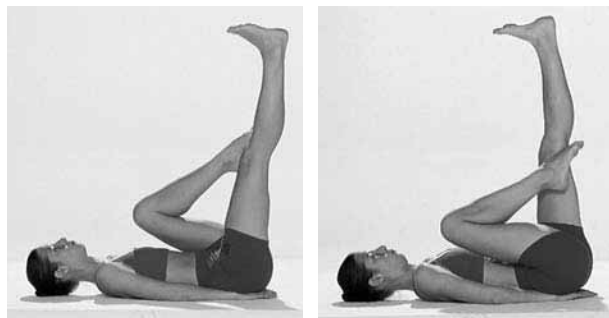
Kräftigung der Bauchmuskulatur



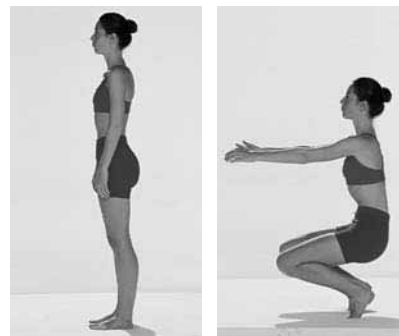
Kräftigung der Gesäßmuskulatur



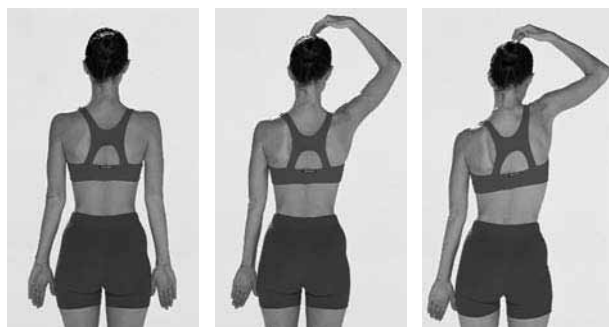
Kräftigung der unteren Fixatoren des Schultergürtels



Kräftigung der Bauchmuskulatur



Koordination der Bauch- u. Gesäßmuskulatur (Beuge-Streck-Bewegung)



Koordination der Arme u. des Schultergürtels (Mitte richtig, rechts falsch)

# Naturmedizin: So läuft es wie geschmiert

Lange haben sieben österreichische Orthopäden getüftelt, wie sie ihren Patienten mit Gelenksproblemen wirksam und vor allem nachhaltig helfen können. Das Ergebnis nennt sich „Arthrobene“: ein spezielles Nahrungsergänzungsmittel sowie Salben für Muskeln, Gelenke und Bindegewebe.

## Nahrungsergänzung

Die Gelenkskapseln sollen beispielsweise Jugendlichen mit Wachstumsbeschwerden oder auch Arthrose-Patienten helfen. Außerdem soll sich bei Sportlern das Gleitverhalten in den Gelenken verbessern – Aqua-Planung im positiven Sinne.

## Knorpel

Früher haben wir Knorpel und Flaxen einfach so mitgegessen. Hendlaxen und Klachlsuppe zum Beispiel. Die Klacheln haben den menschlichen Knorpeln gut ge-

tan. Doch heute nimmt man sie nur noch selten auf. Die Gelenkskapseln von Arthrobene plus enthalten die Wirkung von gleich drei Tellern Klachlsuppe.

## Naturmedizin

Die Kapseln werden in der Kärntner Hubertus-Apotheke in Spittal an der Drau hergestellt. Ausschließlich auf Basis von Naturmedizin. Deshalb gibt's auch keine Nebenwirkungen.

## Muskelsalbe

Auf rein pflanzlicher Basis wurden auch die Salben kreiert. So ist die Teufelskralle aus Afrika ein altbekanntes Heilmittel, das stark entzündungshemmend wirkt. Die Anwendungsgebiete: Da die Muskelsalbe entspannt und durchblutet, verwendet man sie gegen Ver-

spannungen, Kreuzschmerzen oder Nackenschmerzen.

## Gelenksgel

Damit Gelenke, Sehnenscheiden und Schleimbeutel wieder abschwellen, müssen schädigende Stoffwechselprodukte aus dem Gewebe abtransportiert werden. Das Gelenksgel von Arthrobene aktiviert.

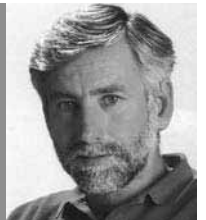
## Bindegewebsgelee

Bei Schmerzpunkten strafft Arthrobene Bindegewebe und Sehnenansätze. Bestens geeignet gegen den Tennisarm. Das Menthol im Gelee wirkt desinfizierend, antiseptisch, stillt den Juckreiz und kühlt. Arnika hemmt zudem die Entzündung.



## Dr. Eduard Lanz

Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie in Graz, ärztlicher Leiter des Institutes für Bewegungstherapie



**Herkömmliche Massageöle enthalten Paraffin (Dieselöl/Petrochemie). Daher sollte man zu den zwar etwas teureren aber wesentlich besseren Naturprodukten von ARTHROBENE greifen!**

## ARTHROBENE WEISS

Dieses südarabische Heilöl der Sabäer (Jemen), das aus dem Harz des Weihrauchstrauchs gewonnen wird, stammt aus der heilkundlichen Überlieferung der Königin von Saba. Über die narkotisierende, schlafregulierende Wirkung fördert es die Ausschüttung von Wachstumsfaktoren und Botenstoffen des Immunsystems. Bei Massagen beschleunigt es die Reparaturvorgänge des Körpers nach Infektionen, wirkt antirheumatisch bei Gliederschmerzen und harmonisierend beim Burn-out-Syndrom.

### Anwendung

Arthrobene weiß sollte mit kreisenden Bewegungen der Fingerkuppen einmassiert werden. Es ist besonders für Heilmassagen nach großen körperlichen und seelischen Belastungen geeignet. Augenkontakt meiden.

### Inhaltsstoffe

Sesamöl, Mandelöl, Kokosöl, Weihrauchöl, Zedernöl, Rosenholzöl. Enthält keine künstlichen Farbstoffe und keine Konservierungsmittel.

## ARTHROBENE GOLD

Überliefertes indianisches Massageöl der Azteken aus südamerikanischen Sträuchern und Sukkulenten. Es dient zur Erfrischung, Lockerung und Belebung der Muskulatur und der Gelenke vor dem Sport. Die Wirkstoffe, die ausschließlich dem heilkundlichen Wissen der Azteken entnommen sind, werden von der Haut rasch aufgenommen und entfalten sofort ihre wohltuende Wirkung. Sie verstärken die Funktion von Massagen zur Retonisierung nach Sport, Schwitzkuren, Sauna, heißen Duschen und Bädern.

### Anwendung

Arthrobene gold mit kräftig walkenden Bewegungen der Handflächen einmassieren. Am besten jeweils vor und nach sportlicher Betätigung. Besonders geeignet als Muskeltonikum und für Sportmassagen. Augenkontakt meiden.

### Inhaltsstoffe

Jjobaöl, Maiskeimöl, Macadamianussöl, Kukuinussöl, Bayöl, Kampfer, Lemongrass, schwarzes Pfefferöl. Enthält keine künstlichen Farbstoffe und keine Konservierungsmittel.

## PREISE

### Arthrobene Rot Blau Grün

Salbe, Gel und Gelee

	EK exkl. 20% USt.	empf. VK inkl. USt.
60 ml	€ 6,-	€ 12,-
250 ml	€ 16,-	€ 29,-

### Arthrobene Gold Weiß

Massageöle

	EK exkl. 20% USt.	empf. VK inkl. USt.
125 ml	€ 9,-	€ 16,-
200 ml	€ 16,-	€ 29,-

### Arthrobene Plus

Gelenkkapseln

	EK exkl. 10% USt.	empf. VK inkl. USt.
120 Stk.	€ 32,-	€ 49,-

## BESTELLUNGEN

**Fax-Hotline:**

**(0316) 38 210 67**

**Mail: [dr.lanz@aon.at](mailto:dr.lanz@aon.at)**

**[www.sportarzt.at](http://www.sportarzt.at)**



# Für Spezialisten

## Drei Workshops als Nachlese. Von Günther Bringezu.

Zunächst einmal danke ich dafür, dass ich zu drei Workshops nach Loipersdorf eingeladen wurde. Ich bin gerne gekommen und möchte als Nachlese zu den Workshops einiges anmerken dürfen:

### 1. Workshop: Kombinationsmassage nach Professor Schoberth

Dieses Massageverfahren ist in Österreich relativ unbekannt; wohl weil es nach jemandem benannt wurde, der in Deutschland höchsten Bekanntheitsgrad hatte und in Österreich eher nicht. Prof. Dr. med. Hannes Schoberth, gestorben 1996, war der erste ärztliche Betreuer der deutschen Fußballnationalmannschaft überhaupt und ein enger Freund von Peppi Fenner, dem Vater der VÖSM schlechthin. Professor Schoberths Anliegen war es, die Wirksamkeit der klassischen Massage insbesondere die gezielte Behandlung durch ein kombiniertes Vorgehen zu verbessern und damit die Wertigkeit der klassischen Massage wesentlich zu erhöhen.

So hat er in einer Massagesitzung mit der klassischen Massage begonnen, die u. a. auch als tastende bzw. palpierende zu verstehen ist, um danach mit einem Holzstäbchen in all den Regionen gezielter und intensiver, als es mit der Hand möglich ist, Muskeln, Faszien und Bandstrukturen in Form von Querfriktionen zu beeinflussen. Der Einsatz des Massagestäbchens erfolgt kurz, gezielt, aber intensiv und wechselt sich mit Techniken der massierenden Hände stetig ab.

Als drittes wesentliches Element der Kombinationsmassage kommt danach die Vakuumbehandlung zum Einsatz. Der mechanische Reiz (Saugwirkung) wird entweder durch elektrische Geräte oder aber durch Vakuumglocken mit Ball (z. B. Saugglocke nach Bier) erzeugt. Die Intensität lässt sich mit ein wenig Übung individuell einstellen. Bekannt ist diese Vakuummassage als Technik der stationären Behandlung, d. h. die Vakuumglocke verbleibt an ihrem Platz, oder aber als gleitende Technik, wobei die gewählte Glocke (es gibt sie in verschiedenen Durchmesser) auf der Körperdecke alternierend bewegt wird. Bedingt durch die in der bisherigen Behandlung relativ starken Reize auf Haut- und Unterhautregion empfehle ich als abschließende Maßnahme eine Eisabreibung mit dem Ziel, Reizmilderung und Vermeidung von z. B. kleinsten Kapillarblutungen in der Haut. So ist zusammengefasst dieses Massageverfahren eindeutig einer normalen Rückenmassage deshalb weit überlegen, weil intensiver, gezielter und wirkungsvoller gearbeitet werden kann. Auch bei der Achillodynie und Insertionstendopathien ist die Technik der Kombinationsmassage nach Professor Schoberth aus dem Repertoire nicht mehr wegzudenken.

### 2. Workshop: Komplexe Physikalische Therapie der Migräne und anderer Kopfschmerzsyndrome

Wir in der Physikalischen Therapie bzw. Physiotherapie Tätige sollten uns dringend darum bemühen, auch in der Kopfschmerztherapie mehr als bislang tätig zu werden.

Statistisch gesehen haben mehr Menschen Kopfschmerzen als rheumatische Erkrankungen. Für die letztere Patientengruppe gibt es bekanntlich ausreichend Konzepte – für die Kopfschmerztherapie hingegen kaum. Ich habe in meinem Workshop auf praktische Demonstrationen verzichtet, um die mir zur Verfügung stehende Zeit dafür zu nutzen, den Zuhörern/innen unser Konzept näher zu bringen. Unter Zugrundelegung der Pathophysiologie der Migräne und des Kopfschmerzes vom Entspannungstyp (machen epidemiologisch etwa 90 % aller Kopfschmerzen aus), lassen sich mit einfachen Techniken der Physiotherapie/Physikalischen Therapie, wie z. B. der Manuellen Lymphdrainage, gerade in der Migräneanfallsbehandlung gute Erfolge erzielen. Je nach Befund und Zeitpunkt der Behandlung ist durchaus zu Überlegen, in wie weit traditionelle Verfahren wie klassische Gesichts- und Kopfschwartenmassage, Bindegewebsmassage und Marnitz Therapie auf die Kopfschmerztherapie ausgerichtet sogar segensreich sein können und damit die Lebensqualität wesentlich verbessern helfen.

In speziellen Seminaren, die von der VÖSM & ÖGS angeboten werden, ist die Sensibilisierung auf dieses Thema und die Vermittlung der notwendigen Techniken mit Argumentationshilfen das erklärte Ziel.

### 3. Workshop: Manuelle Lymphdrainage

Mit dieser fantastischen Methode der Ödembehandlung lassen sich durchweg objektivierbare Ergebnisse erzielen. Jeder, der im Beruf der Physiotherapie/Physikalischen Therapie bzw. in der Massage tätig ist, sollte deshalb dieses Konzept beherrschen. Beherrschen heißt, alle Facetten der Manuellen Lymphdrainage/KPE zu verinnerlichen. Dazu gehört neben einer ausgezeichneten Grifftechnik auch das Können um die Applikation wirkungsvoller Kompressionsbandagierungen und nicht zuletzt das theoretische Wissen, welches für die praktische Umsetzung unbedingte Voraussetzung ist. Wer Premiumleistungen abgeben will und dazu in der Lage sein möchte, der muss unbedingt vorher eine Premiumausbildung absolviert haben. Dies sollte von Instruktoren realisiert werden, die den ständigen klinischen Bezug zur Ödemtherapie haben. Nur so kann aus der Praxis für die Praxis gelehrt und gelernt werden. Ich wünsche all denen, die sich bislang mit der Manuellen Lymphdrainage nicht auseinander gesetzt haben, jedoch aus unterschiedlichen Gründen damit früher oder später konfrontiert werden, dass sie sich an Lehrer wenden, die Spezialisten für die Manuelle Lymphdrainage/KPE sind und nicht etwa an solche geraten, die glauben, welche zu sein.

Ich darf an dieser Stelle auch anmerken, dass die VÖSM & ÖGS gemeinsam mit der Gesundheitsschule Loipersdorf im Mai 2008 einen kompletten Lymphdrainagekurs, der international anerkannt ist, durchführen wird. Nähere Informationen erfahren sie bei der VÖSM & ÖGS (Fr. Janko).

**Seminare zu allen drei Themen siehe Seite 21.**



Das 5-köpfige Erfolgs-Team: Patient Marc Janko (Red Bull Salzburg) mit Heilmasseur Wolfgang Schwertl, Physiotherapeut Patrick Rottenhofer, Mannschaftsarzt Dr. Jens Enneper, Konditionstrainer Walter Gfrerer, Physiotherapeut Bernd Rothhaar (v.l.) Foto: GEPA pictures/ Hans Simonlehner

# Ein langer Weg

**Nur ein Jahr nach seiner schweren Sprunggelenksverletzung sorgt Marc Janko in der Bundesliga wieder für Furore. Dabei hing seine Karriere am seidenen Faden. Nun ist er sogar wieder ernsthafter Kandidat für den EM-Kader.**

**S**ommer 2006: Da begann der Leidensweg von Marc Janko. Über viele Wochen hinweg plagte sich der talentierte Stürmer mit Adduktoren- und Leistenproblemen herum. Aus diesem Grund versäumte er auch zahlreiche Meisterschaftsspiele und konnte kaum mit der Mannschaft trainieren. In der Winterpause schien es wieder aufwärts zu gehen, denn Janko konnte die Vorbereitung auf die Frühjahrssaison in vollem Ausmaß mitmachen und präsentierte sich dem Trainergespann in guter Form. Aufgrund vieler Tore und guter Leistungen stand einer Nominierung für das erste Spiel im Frühjahr 2007 nichts im Weg.

## **Sprunggelenksverletzung im Spiel gegen Sturm Graz**

Es war der 24. Februar 2007, ein Tag, den Marc Janko lange nicht vergessen wird. Nach seinen langwierigen Muskelproblemen vom Vorjahr war der Stürmer optimistisch in die erste Frühjahrs Partie gegen Sturm Graz gegangen. Doch bereits nach wenigen Minuten begann für den Stürmer ein neuer Albtraum. Janko wurde schwer brutal niedergetreten – die Folge: schwere Verletzungen am rechten Sprunggelenk und eine Schienbeinabsplitterung! Die niederschmetternde Diagnose: Der Knorpel am oberen Sprunggelenk war so schwer lädiert, dass ein vorzeitiges Karriereende nicht ausgeschlossen werden konnte.

Nun war guter Rat teuer. Zuerst versuchte die medizinische Abteilung von Red Bull Salzburg den Stürmer mittels Physiotherapie und Aufbautraining langsam wieder heranzuführen. Janko bekam eine Sauerstofftherapie verordnet, mittels Handkurbelergometer und Aquatraining sollte der Spieler auf einem akzeptablen motorischen Niveau gehalten werden. Da jedoch Fahrradergometer-Training und auch kurzes Lauftraining nicht ohne größere Schmerzen möglich war, entschloss man sich, das Sprunggelenk noch einmal eingehender zu untersuchen. Die Vereinsärzte Dr. Jens Ennepner und Dr. Helmut Klampfer sowie Dr. Hänsel und Dr. Müller Wolfahrt begutachteten Jankos Fuß und kamen gemeinsam mit Dr. Ernst Orthner überein, das rechte Sprunggelenk zu operieren.

### Schwere Zeit nach der Operation

Dr. Orthner, ein anerkannter Sprunggelenksspezialist, war es schließlich auch, der die Operation Jankos übernahm. Nach dem Eingriff am 14. Mai 2007 machte der Arzt dem Spieler klar, dass er noch einmal unters Messer müsste, sollte der Heilungsverlauf nicht optimal verlaufen. Für diesen Fall wäre ein ganzes Jahr Pause notwendig und das Karriereende ganz nahe, so der Mediziner.

Nach einem sechswöchigen Aufenthalt in Regensburg beim Eden REHA-Team kehrte Marc Janko zu den Bullen zurück. Ab diesem Zeitpunkt begann die akribische Arbeit der Physiotherapeuten Patrick Rottenhofer, Bernd Rothhaar und Wolfgang Schwertl sowie des Konditionstrainers Walter Gfrerer. Alle Beteiligten waren sich darüber im Klaren, was aufgrund der Schwere der Verletzung und der ärztlichen Diagnose auf dem Spiel stand. Daher stand Marc Janko immer auch unter ärztlicher Kontrolle durch die Vereinsmediziner Dr. Ennepner und Dr. Klampfer, um alle Risiken zu minimieren.

### Physiotherapie im Tripple-Pack

Als Glücksfall für Janko erwies sich, dass die Physiotherapeuten von Red Bull Salzburg unterschiedliche Schwerpunkte als bevorzugtes Fachgebiet hatten und die Therapie somit auf die jeweilige Beschwerdesituation abgestimmt werden konnte. Vor und nach dem motorischen Aufbautraining wurde Marc Janko von einem der drei Physiotherapeuten unter seine Fittiche genommen. Patrick Rottenhofer, der als Spezialgebiet die manuelle Therapie vorzuweisen hat, begann eine Knorpeltherapie mit intermittierenden Traktionen-Kompressionen, wendete myofasciale Techniken an und behandelte die zugehörigen Wirbelsäulensegmente. Auch Mobilisationen der Narben und der Fußwurzelgelenke im oberen und unteren Sprunggelenk wurden durchgeführt.

Bernd Rothhaar, ausgebildeter Osteopath, behandelte vor allem die myofascialen Ketten, führte viscerale Behandlungen durch und mobilisierte eingeschränkte Wirbelsäulengelenke und das Becken-Sacrum. Wolfgang Schwertl war schließlich dafür zuständig, auftretende energetische Blockaden mit Hilfe alternativer



Die etwas andere Reha: Marc Janko probiert's auch mit Krücken

Techniken (APM, TCM) zu überwinden. „Ich bin überzeugt, dass viele Verletzungen auf energetische Blockaden zurückzuführen sind. Jeder Sportler benötigt daher eine sehr individuelle Behandlung“, so Schwertl.

### Langwieriges Aufbautraining

Zwischen den Behandlungen bei den Physiotherapeuten von Red Bull Salzburg war es schließlich Walter Gfrerer, der für das motorische Aufbautraining verantwortlich war. Da zu Beginn keine Belastung des ▶



Voller Einsatz: Marc Janko auf dem Weg zurück ins Nationalteam

Sprunggelenks möglich war und Marc Janko somit auf Krücken unterwegs war, beschränkten sich die Übungseinheiten auf den Handkurbelergometer, auf Rumpfttraining und Techniktraining für das gesunde Bein. Bei letzterem wurde beispielsweise im Sitzen mit dem Ball gearbeitet.

Nach einigen Wochen konnte Marc Janko mit dem Training auf dem Fahrradergometer beginnen, ein Trainingsgerät, das ihn nun viele Wochen begleiten sollte. Auch am Crosstrainer verbrachte der Stürmer unzählige Stunden, bevor mit Gehen am Laufband begonnen werden konnte. Nun begann eine sehr heikle Phase, da zwar Trainings- und vor allem Heilungsfortschritte erkennbar waren, der Spieler aber nicht überbeansprucht werden durfte. Daher wurde das erste Lauftraining auch im Wasser durchgeführt, um die beschädigten Strukturen langsam an die Belastung zu gewöhnen. Als nächstes musste Janko Einheiten am Laufband absolvieren, bei denen abwechselnd Gehen und Laufen angesagt waren.

### Endlich wieder am Fußballplatz

Schließlich war die Zeit gekommen, um wieder an die alte Wirkungsstätte, den grünen Rasen, zurückzukehren. Beim Techniktraining mit dem Ball wurde die Laufgeschwindigkeit langsam gesteigert, wenig später war auch Laufkoordination anfänglich ohne, später mit Ball möglich. Zu Beginn des Techniktrainings wurde mit einem Softball gearbeitet, um die verletz-



Janko: Wieder voll im Einsatz

ten Strukturen noch zu schonen. Schließlich war der Tag gekommen, an dem Marc Janko wieder teilweise am Mannschaftstraining teilnehmen konnte. Trotzdem absolvierte er weiterhin täglich zusätzliches Einzeltraining mit Walter Gfrerer und Einheiten mit den drei Physiotherapeuten. Schließlich konnte der Stürmer wieder alle Einheiten des Mannschaftstrainings voll mitmachen und bestritt Ende des Jahres 2007 seine ersten Meisterschaftseinsätze seit der verheerenden Partie gegen Sturm Graz am 24. Februar.

### Optimistischer Blick in die Zukunft

Nun kann der Stürmer dank der tollen Arbeit der gesamten medizinischen Abteilung sowie der Trainer von Red Bull Salzburg in eine rosige Zukunft blicken. Das zeigte Marc Janko sowohl in der Vorbereitung als auch bei den Meisterschaftsspielen der Frühjahrssaison. Wer eine solche Verletzung und eine derart mühsame und langwierige Rehabilitation durchsteht, den kann so schnell nichts mehr schocken. Nachdem sich Janko einen Stammplatz bei Red Bull zurückerkämpft hat, hat er auch schon das nächste Ziel im Auge: Die Fußball-EM im Juni. Und wer seinen Kampfgeist kennt, der weiß, dass er dieses Ziel erreichen wird.

## Info zur medizinischen Abteilung von Red Bull Salzburg

Name: **Dr. Jens Enneper**

Beruf: Mediziner

Ausbildungen und Spezialgebiete: FA Orthopädie, Sportmedizin, Chirotherapie und Unfallchirurgie  
Aufgaben bei Red Bull Salzburg: Leitender Mannschaftsarzt

Beruflicher Werdegang: Unfallchirurg, Sportmediziner, Mannschaftsarzt bei Red Bull Salzburg

Name: **Wolfgang Schwertl**

Beruf: Heilmasseur

Ausbildungen und Spezialgebiete: Lymphdrainage, Akupunkturmassage, Becken- und Wirbelsäulenbehandlung, derzeit: Ausbildung in TCM (traditionelle chinesische Medizin)

Aufgaben bei Red Bull Salzburg: Therapie, Prävention, Regeneration und klassische Massage

Beruflicher Werdegang: Seit 1995 im Profifußball

Name: **Patrick Rottenhofer**

Beruf: Physiotherapeut

Ausbildungen und Spezialgebiete: Physiotherapie, Manuelle Therapie, Sportphysiotherapie  
Aufgaben bei Red Bull Salzburg: Manuelle Therapie, Mobilisationen

Beruflicher Werdegang: Angestellter IGIA Salzburg, Privatambulatorium für Sportphysiotherapie, seit 2006 bei Red Bull Salzburg

Name: **Bernd Rothhaar**

Beruf: Osteopath, Sportphysiotherapeut

Ausbildungen und Spezialgebiete: Osteopathie, Sportphysiotherapie, Physiotherapie, Masseur, med. Bademeister, Manuelle Therapie

Aufgaben bei Red Bull Salzburg: Osteopathie, Sportphysiotherapie

Beruflicher Werdegang: Seit 1989 im Profifußball

Name: **Walter Gfrerer**

Beruf: Konditionstrainer

Ausbildungen und Spezialgebiete: Diplomsportlehrer, Fußball-Trainer B-Lizenz, Heilmasseur, Studium Sportwissenschaften (kurz vor Abschluss)

Aufgaben bei Red Bull Salzburg: Konditionstrainer  
Beruflicher Werdegang: Olympiastützpunkt Ober-  
tauern, LBZ-Rif, seit 2006 bei Red Bull Salzburg

# Österreichische Sporttherapie-Ausbildung

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

**D**ie 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.

### 250 Unterrichtseinheiten zu den Themen:

1. Sportmedizin
2. Trainingswissenschaft
3. Leistungsphysiologie und Leistungsdiagnostik
4. Besonderheiten der Alters- und Geschlechtsspezifischen Betreuung im Sport
5. Trainingstherapie, Therapeutisches Training, Behandlungskonzepte.

Sämtliche Unterrichtsfächer sind im Internet unter [www.sportphysiotherapie-sportmassage.at](http://www.sportphysiotherapie-sportmassage.at) abrufbar.

**Ausbildung** beginnt mit September 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](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at), Tel. und Fax 02236/865875

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

Erweiterte Therapieformen (aus dem VÖSM & ÖGS Weiterbildungsangebot): Lymphdrainage, Schulterbehandlung nach Dr. Terrier, Lasertherapie, angewandte Kinesiologie in Sport und Therapie, AORT-Autonome Osteopatische Repositionstechniken, Spiraldynamik, APM, Wirbelsäulenschule u. v. m.)

### Wir suchen: SPORTMASSEUR oder med. SPORTMASSEUR

Elektrotherapieausbildung  
für 20 – 30 Stunden/Woche!

**Bewerbungen an:**  
Fachinstitut Kappel Johannes  
Akkonplatz 10/19, 1150 Wien

**Telefon 01 983 24 79  
oder 0676 / 54 13 905**

### Gewerbeberechtigung für Massage und Shiatsu:

Sie wollen mit Massage und /oder  
Shiatsu selbständig arbeiten?  
Ich übernehme gern die  
gewerberechtliche Geschäftsführung.

### Kontakt:

Mag. Elisabeth Exenberger,  
Telefon 0664-9183185

# Spiraldynamik®

## Das Einmaleins menschlicher Bewegungskoordination

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um die beiden Abbildungen zu betrachten. Die Antwort auf die Frage, welches Kind sich koordinierter bewegt wird Ihnen leicht fallen: Schon auf den ersten Blick wirkt der Junge (1) dynamisch, kraftvoll-locker und ästhetisch, kurzum wohlkoordiniert.



Für den anderen Jungen (2) sind diese Bewegungsqualitäten nicht mehr oder noch nicht selbstverständlich. Wir alle wissen, dass die Bewegungskoordination eine wichtige Grundlage für Bewegungsmerkmale wie



Dynamik, Beweglichkeit, Krafteinsatz, Effizienz und Ökonomie etc darstellt. Koordination bedeutet zudem eine wirksame Unfallprophylaxe sowie physisches

und psychisches Wohlbefinden. Wie aber definiert sich optimale Körperkoordination? Welche Voraussetzungen braucht es, oder welche Faktoren limitieren koordinierte Bewegung?

In jahrelanger Forschungsarbeit haben Dr. C. Larsen, Yolande Deswarte und die Spiraldynamik® Kernmannschaft das 1 x 1 menschlicher Bewegungskoordination analysiert:

Der anatomischen Form von Knochen, Sehnen, Bändern, Muskeln liegt ein gemeinsames Konstruktionsprinzip zugrunde – die Spirale. Sie ist z.B. deutlich erkennbar in der Anordnung des Fußskeletts, der Kreuzbänder, des M. Sartorius etc. Genau hier schließt sich der Kreis zu unseren heranwachsenden Jugendlichen in den oberen Bildern: Das anatomische Konstruktionsprinzip definiert den koordinierten Gebrauch des Körpers und dieser ist (wieder) erlernbar, sollte er uns verloren gegangen sein. Denn während unseres Baby- und Kleinkindalter war koordinierte Bewegung zumeist eine Selbstverständlichkeit.

Die Spiraldynamik® Ausbildung setzt Priorität in der Optimierung der eigenen Koordination. Schritt für Schritt vom Verstehen der anatomischen Möglichkeiten, neue Bewegungsmuster wahrnehmen lernen, dreidimensionale funktionelle Gelenkmobilisationen aktiv und passiv üben bis zur Integration der neuen Bewegungsmuster in den persönlichen Bewegungsalltag. Ein spannendes Experiment für alle Bewegungsschaffenden (Therapeuten, Masseur, Trainer, Sportpädagogen, Ärzte, etc) mit bedeutungsvollem Vorteil: nur wer selber Schritte der Veränderung gegangen ist begleitet andere Menschen (Patienten, Sportler, Kinder etc) auf diesem Weg authentisch.

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:** 23. – 24. August 2008

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

**Ort:** Bildungszentrum 2514 Traiskirchen

**Referent:** PT Gundi Wech

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

**Kursanmeldung:** ab sofort bei der VÖSM & ÖGS,  
Telefon und Fax 02236/865875 oder

E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto: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

# Verschiedene Elemente

**Das Medical Taping Concept (MTC). Von Thomas Metzger.**

Das Medical Taping Concept (MTC) ist ein relativ neues und sehr komplexes Konzept. Unter der internationalen Bezeichnung Medical Taping Concept/MTC (inkl. Kinesio Tape) werden verschiedene Tapemöglichkeiten und Techniken eigenständige oder als kombinierte Therapie vorgestellt.

Das MTC setzt sich aus verschiedenen Elementen wie dem elastischen Taping, Cross Tape/Link, Meridiantape, Lymphtape sowie neurologischen und reflektorischen Applikationen aber auch Erweiterungsmöglichkeiten mit Maßnahmen der TCM, zusammen.

Beim letzten VÖSM & ÖGS Kongress in Loipersdorf zeigte sich, wie wichtig zukünftig eine fundierte Ausbildung im elastischen Taping Bereich erscheint. An Diskussion und praxisnahen Anwendungsmöglichkeiten bestand reges Interesse. Viele der hier aufgetretenen Fragen konnten beantwortet werden. In Zusammenarbeit mit der VÖSM & ÖGS können wir in einem neuen MTC Kurs weitere Fragen und Problemstellungen klären. Praxis steht im Vordergrund! Zudem werden neue Möglichkeiten (nicht nur für den Sportbereich) des elastischen Tapings aufgezeigt.

**Anwendungsmöglichkeiten** bieten sich in der Orthopädie, Traumatologie, Chirurgie, Gynäkologie, bei neurolog. Krankheitsbildern (z.B. Hemiplegie, MS...). Darüber hinaus im Sportbereich (Hochleistungssport/Amateur- und Freizeitbereich), in der Zahnheilkunde, bei Allergien (Heuschnupfen etc.) oder bei lymphologischen Problemstellungen. Die MTC Maßnahmen können sofort und fast überall angewendet werden.



Individuell einsetzbar für zahlreiche Behandlungsmethoden: Das Medical Tape Concept (MTC) in der Praxis-Anwendung

## 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.

### Kursinhalte:

- Einführung und Grundlagen der Kinesio Tape Methode und des MTC's
- Basistechniken, Muskeltechniken (Bitte eine Schere mitbringen.)

**Termin:** 4. – 6. Juli 2008

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

Sonntag ab 9 bis 13 Uhr (open end)

**Referent:** Thomas Metzger – Physiotherapeut, Sportlehrer, Sportphysiotherapeut des DSB, certf. Kinesio Tape Instructor, 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** gilt nur mit Einzahlung der Kursgebühr auf das Konto der VÖSM & ÖGS bis spätestens 15. Juni 2008 bei der PSK, BLZ 60000 Kto.Nr. 92094141.

# Ausbildung zum Sportmasseur

## nach den Richtlinien der VÖSM

Der Lehrgang zur Ausbildung von Sportmasseuren(innen) erfolgt in Zusammenarbeit mit der Österreichischen Bundessportorganisation in einem einjährigen Bildungsgang unter der Bedacht- nahme der in Österreich geltenden Gesetze. Ziel ist es, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und er- zieherischen Aufgaben eines Sportmasseurs vertraut zu machen.

Sportmasseur(in) im Sinne dieser Richtlinien ist eine nach den geltenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, Sporttreibende im Breiten-, Leistungs- und Hochleis- tungssport vor-, während- und nach deren Sport- ausübung zu betreuen.

### Termine:

- |            |  |
|------------|--|
| 1. Modul:  | 27. – 28. September 2008   |
| 2. Modul:  | 17. – 19. Oktober 2008   |
| 3. Modul:  | 14. – 16. November 2008  |
| 4. Modul:  | 12. – 14. Dezember 2008  |
| 5. Modul:  | 16. – 18. Jänner 2009  |
| 6. Modul:  | 20. – 22. Feber 2009   |
| 7. Modul:  | 20. – 22. März 2009  |
| 8. Modul:  | 24. – 26. April 2009<br>(hängt vom Vienna City Marathon-Termin ab) |
| 9. Modul:  | 15. – 17. Mai 2009   |
| 10. Modul: | 05. – 07. Juni 2009  |
- Abschlussprüfung: Samstag, 27. Juni 2009

### Kursort:

SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen,  
Akademiestraße 3, Tel. 059133-92

### Quartier:

auf Anfrage im Sekretariat bei der VÖSM & ÖGS

### Kurskosten:

Komplette Ausbildung € 1.690,-  
(in Ratenzahlung 3 x à € 594,-)  
Einzuzahlen an VÖSM & ÖGS bei der Raiffeisenbank  
2346 Südstadt, BLZ 32 633, Kto.Nr. 219.188.  
Anatomiezusatzkurs (am Präparat) im Anatomischen  
Institut Innsbruck Anfang April 2009 ist freiwillig  
(Termin auf Anfrage). Kurskosten hierfür extra € 180,-.  
Für Aufenthalts- u. Verpflegskosten am Kursort sowie  
Fahrtkosten haben die Teilnehmer selbst aufzukommen.

### Anmeldung:

Im Sekretariat der VÖSM & ÖGS, 2346 Südstadt  
Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875,  
E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)  
Anmeldung gilt nur mit Einzahlung von € 100,-  
à Conto auf das Konto der VÖSM& ÖGS.  
Termin- und Preisänderungen vorbehalten!

## Unterrichtsgegenstände

### I. THEORIE

Einführungsunterricht  
Ethik in der Sportbetreuung  
Trainingslehre und Methodik  
Bewegungslehre und Biomechanik  
Sportpsychologie  
Beschreibende-, Funktionelle Anatomie und  
Anatomie in vivo  
Sportphysiologie mit Leistungsdiagnostik  
Doping im Sport  
Ernährung und Getränkezufuhr im Sport  
Sportorthopädie und Sporttraumatologie  
Erstversorgung von Sportverletzungen  
Erste Hilfe in Notfällen  
Befunderhebung  
Funktionelle Verbände, Tapen  
Spezielle Theorie der Sportmassage  
Regenerative u. hygienische Maßnahmen im Sport  
Funktionsgymnastik

### II. PRAXIS

Prakt. Übungen/Konditionsarbeit  
Prakt. Übungen/Funktionsgymnastik u. Haltungs-  
schulung  
Prakt. Übungen/Befunderhebung  
Prakt. Übungen/Funktionelle Verbände (Taping)  
Prakt. Übungen/Klassische Massage im Sport  
Prakt. Übungen/Wettkampfvorbereitung  
Prakt. Übungen/Wettkampf-Pausenbetreuung  
Prakt. Übungen/Entspannungstraining u. mentale  
Trainingsformen  
Prakt. Übungen/Muskelfunktionstests  
Prakt. Übungen/Betreuung im Behindertensport  
Prakt. Übungen/Wiedereingl. in den Sportbetrieb  
Prakt. Übungen/Thermotherapie

### III. SONSTIGES

Praktikum Vienna City-Marathon oder alternative  
Großveranstaltungen  
Vereinspraxis ab dem 4. Kursteil (mind. 10 Std.  
monatlich)  
Prüfungseinheiten

**Bei 10 Kursteilen insgesamt 246 Unterrichts-  
einheiten + 70 Std. Vereinspraxis**

Unterrichtseinheit = 50 Minuten  
Änderungen vorbehalten!



# 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 1. – 4. Mai 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 u. Fax 02236/865875,

E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

## Aufschulung zum Freiberuflichen Heilmasseur

Die VÖSM & ÖGS startet den 5. Aufschulungskurs für Heilmasseure und Heilbademeister nach dem neuen Medizinischen Masseur- und Heilmasseurgesetz in Form von Modulen.

Die Aufschulung wird jeweils an zwei Wochenenden im Monat am Samstag und Sonntag von 8.00 – 18.25 Uhr (Ferienzeit ausgenommen) durchgeführt. Wochenendtermine deshalb, damit auch Berufstätige diese Aufschulung wahrnehmen können, ohne Urlaubstage in Anspruch nehmen zu müssen.

#### Voraussetzungen:

Zeugnis HeilbademeisterIn und HeilmasseurIn (alt)

**Ausbildungsgrad:** Staatlich anerkannter freiberuflicher Heilmasseur (mit Zeugnis)

**Teilnehmerzahl:** mindestens 15 Personen

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

**Inhalte:** • Anatomie und Physiologie • Pathologie • Massagetechniken zu Heilzwecken inkl. prakt. Übungen • Hygiene und Umweltschutz • Erste Hilfe • Allgemeine Physik • Kommunikation • Dokumentation • Recht und Ethik

Die Ausbildung zum Heilmasseur besteht aus einem Aufschulungsmodul, das eine theoretische Ausbildung einschließlich praktischer Übungen im Gesamtumfang von 800 Stunden umfasst.

**Kurskosten:** Für Mitglieder der VÖSM & ÖGS

€ 3.200,-, für Nichtmitglieder € 3.500,-

(Teilzahlungen nach Vereinbarung möglich)

**Anmeldung:** Ab sofort bei der VÖSM & ÖGS.

Es sind nur wenige Plätze vorhanden, daher

bitten wir um sofortige Anmeldung.

**Termine:** Ab September 2008.

Genauer Ausbildungsbeginn auf Anfrage

## Fortbildungsseminar Dynamische Neuromuskuläre Massagetherapie (DNM)

... ist eine mobilisierende, funktionelle Massagetherapie. Sie ist ein Kombinationsergebnis aus der Weiterentwicklung der „mobilisierenden Weichteiltechnik für die Gelenke und die Wirbelsäule“:

- der Manipulativmassage nach Dr. Terrier,
- der Tiefenmassage nach Marnitz
- Osteopathischen Techniken.

### Definition

Ziel der Therapie: Das Gelenk mit seinem Weichteilmantel (als geschlossene Funktionseinheit) und die statisch überlasteten isotonen Muskelketten funktionell zu mobilisieren.

### Methode

Die Therapie erteilt mechanische Reize an die Sinnesorgane des Bewegungsapparates, aktiviert die Propriozeptoren und hemmt die segmentalen Schmerzen. Setzt man die Triggerpunkte und myofasciale Strukturen an, nützt der hemmende Effekt dem Gate-Control.

### Indikationen

Überkopfsportarten, Bildschirmarbeiter (Computertrauma). Fast alle haben einen langen Leidensweg hinter sich und haben mehrere Symptome und Diagnosen, wie:

- Kribbeln oder geschwollenes Gefühl in den Extremitäten
- Tennis-Arm
- einschlafende Finger, CTS (Carpal-Tunnel Syndrom)
- Kopfschmerzen, Schwindelgefühl, Ohrensausen
- schmerzhafte Schultersteife (Frozen-Shoulder), PHS, Impingement-Syndrom

### Beurteilung

Diese Methode ist erfolgreich im Rahmen einer physiologischen Schmerztherapie. Die Therapie stellt eine bewährte Kombination mit einer sehr hohen Erfolgsrate dar.

## Teil 1 – Schultergürtel

### Kursinhalt:

- Anatomie in Vivo – Funktionelle Anatomie – Refresher des Schultergürtels (Muskel, Nerven, Gelenke, myofasciale Strukturen)
- Engpasssyndrome, Triggerpunkte, Tenderpunkte
- In diesem Seminar wird anhand von Krankheitsbildern des Schultergürtels die oben angeführte Spezialmassage praktiziert

**Kurstermin:** 27. September 2008

**Kurszeiten:** Samstag, 08.00 bis 18.30 Uhr, insgesamt 10 UE

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

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

**Teilnehmer:** max. 20

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

**Anmeldungen:** ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

**Teilnahmevoraussetzung:** Gute anatomische Kenntnisse oder Bereitschaft auf ein Refreshing in Anatomie in Vivo (ideal nach dem Seminar „Anatomie zum Angreifen“ bei der VÖSM & ÖGS).

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

**Teil 2 folgt in Februar 2009!**

## Grundkurs Fußreflexzonenmassage

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

**Termin:** 5. – 6. Juli 2008 (20 UE)

**Referent:** Andreas Schneider

**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, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875,

E-mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

## Fortbildungsseminar Wirbelsäulenschule „Sport“

in Kooperation mit dem Verein zur Prävention  
von Wirbelsäulenstörungen eV  
Univ. Prof. Dr. Hans Tilscher

**Themen:** • Allg. Sportberatung aus orthopädischer Sicht • Der Laufschuh / Praktikum mit Test verschiedener Schuhe • Nordic Walking in Theorie und Praxis • Verschiedene Sportarten werden orthopädisch beleuchtet u. entsprechende Trainingsempfehlungen ausgesprochen • Vorbereitung/Muskelfunktionsgymnastik • MFT Körperstabilitätstest • Koordination im Sport

**Termin:** 5. – 7. September 2008

**Kursort:** Orthopädisches Spital Wien Speising, 1130 Wien, Speisingerstrasse 109, Pav. I, 3. Stock

**Kurszeiten:** Freitag, 14.00 – 18.00 Uhr  
Samstag, 9.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag, 9.00 – 13.30 Uhr

**Kursgebühr:** f. Mitgl. € 309,-, f. Nichtmitgl. € 350,-

**Referenten:** OA Dr. Mathias Leitner, FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie  
Dr. Christoph Michlmayr,

FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie  
Mag. Andreas Kranzl, PT Thomas Erber

**Anmeldungen:** schriftlich bei VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder E-Mail:

[office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

Nach Eingang der schriftlichen Anmeldungen 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.



2. Auflage

BOSSERT, VOGEDES

## Elektrotherapie, Licht- und Strahlentherapie

Grundlagen für Physiotherapeuten und Masseur

2008, Urban & Fischer, 214 Seiten  
ISBN 978-3-437-45647-3, EUR 27,80

Die Autoren haben dieses Buch durch ihre langjährige Unterrichtserfahrung sehr praxisnah entwickelt. Es überzeugt durch zahlreiche Abbildungen und klare Gestaltungen und umfasst alle Gebiete der Elektrotherapie:

- elektrophysikalische Grundlagen
- verschiedene Stromformen mit Applikationstechniken, Indikationen und Kontraindikationen
- etc.



SHACKLOCK

## Angewandte Neurodynamik

Neuromuskuloskeletale Strukturen verstehen und behandeln

2008, Urban & Fischer, 276 Seiten  
ISBN 978-3-437-48380-6, EUR 44,20

Nach einer theoretischen Einführung in die Neurodynamik führt Michael Shacklock seine Leser durch das System der Angewandten Neurodynamik:

- Klassifikation spezifischer Dysfunktionen
- Erstellen eines angemessenen Befundes
- Vermeidung von Schmerz bei gleichzeitig positivem Therapie-Ergebnis
- Erstellen eines Behandlungsplanes auf der Grundlage eines fortschrittlichen Systems von Mobilisierungstechniken.



3. Auflage

SPRING, U.A.

## Theorie und Praxis der Trainingstherapie

Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination

2008, Thieme, 320 Seiten  
ISBN 978-3-13-107793-6, EUR 30,80

Für das Erstellen erfolgreicher Trainingsprogramme lernen Sie die theoretischen Grundlagen zu den Inhalten Beweglichkeit, Energiebereitstellung, Kraft, Ausdauer und Koordination kennen.

Dieses Taschenlehrbuch beschreibt darüber hinaus Verfahren der Funktionsdiagnostik für die einzelnen motorischen Grundeigenschaften.

Übungsprogramme erleichtern Ihre Planung und Durchführung der Trainingstherapie.



BUCHER-DOLLENZ, WIESNER

## Maitland

Therapiekonzepte in der Physiotherapie

2008, Thieme, 200 Seiten  
ISBN 978-3-13-144771-5, EUR 36,-

Neben konkreten Therapiesituationen erläutern die Autoren auch die gesundheitswissenschaftliche Perspektive des Maitland-Konzeptes. Die Beschreibung sowohl der Weiterbildung als auch des aktuellen Forschungsstandes und des Forschungsbedarfes runden diesen Band ab. Lernen Sie mit diesem Buch die Geschichte, das Wesen, die Diagnostik und die Therapie dieses manualtherapeutischen Konzeptes kennen.



STÜCKER

## Manuelle Therapie in der Praxis

2008, Steinkopff, 156 Seiten  
ISBN 978-3-7985-1790-5, EUR 61,70

Erklärung jeder Griffanlage mit klinischen Beispielen und chirotherapeutischen Befunden, veranschaulicht durch zahlreiche Fotos.

Ein effektives und umfassendes Untersuchungs- und Therapieschema. Der „Manualmedizinische Wortschatz“ erklärt die wesentlichen Grundbegriffe und erleichtert so das Verständnis und die weitere Arbeit mit dem Buch. Ein Arbeitsbuch ... «aus der Praxis – für die Praxis»



STOLLER

## Stoller's Atlas of Orthopaedics and Sports Medicine

2008, Lippincott Williams & Wilkins, 1040 Seiten  
ISBN 978-0-7817-8389-7, EUR 256,-

Using 1,298 full-color anatomic drawings and 230 3-Tesla MR normal anatomy images, this atlas provides a detailed view of the intricacies of musculoskeletal anatomy. Muscles are shown in great detail, including origins and insertions. Skeletal structures are shown in relation to muscles, tendons, nerves, and ligaments. Illustrations show both normal anatomy and mechanisms of injury, and Pearls and Pitfalls sections reinforce critical information.

## Refreshing-Seminar Manuelle Lymphdrainage

**Das Griffkonzept der Manuellen Lymphdrainage / KPE als wesentlicher Bestandteil erfolgreicher Ödemtherapie**

Mit diesem Thema soll den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die schulmäßige Ausführung der Grifftechniken in Theorie und Praxis vermittelt werden. Oft ist durch die mangelnde tägliche Praxis (oder sogar fehlende Praxis) das technische Vermögen etwas in den Hintergrund geraten. Gerade in der Manuellen Lymphdrainage bringt dies oft weniger gute Ergebnisse zum großen Bedauern aller Beteiligten mit sich. Hinzu kommen die ständigen Diskussionen um die sog. „richtigen Griffe“. Diese nicht enden wollenden Diskussionen führen bei den Therapeuten zur Verunsicherung und bei den Ärzten und Patienten geben wir damit ein nicht unbedingt positives Bild ab.

Erfolgreich zu behandeln bedeutet auch auf der Klaviatur der Grifftechniken meisterhaft zu spielen. So müssen die Techniken im Einklang mit der konkreten Ödemproblematik stehen, d. h. Grund-; Sonder- und Ödemgriffe sollten deshalb individuell und vor allem fehlerfrei eingesetzt werden. Dass dazu auch das theoretische Verständnis um die Grifftechniken (z. B. Wirkungsweise der Manuellen Lymphdrainage / Griffcharakteristik) gehören muss klingt fast logisch. Wer erfolgreich arbeiten, argumentieren und überzeugen will, muss stets in der Lage sein, sein Tun auch allen Beteiligten erklären zu können.

Gehen Sie bitte davon aus, dass dies ein primär praxisorientiertes Seminar sein wird, an dem alle Kolleginnen und Kollegen, die einen Lymphdrainagekurs besucht haben (dabei ist es völlig egal, wo dieser absolviert wurde), teilnehmen können.

**Termin:** 28.- 29. Juni 2008

**Kurszeit:** Samstag, 28. 6. 08 von 9.00 bis 19.00 Uhr  
Sonntag, 29. 6. 08 von 8.00 bis 13.00 Uhr  
(20 Unterrichtseinheiten à 45 Min.)

**Ort:** SIAK-Bildungszentrum, 2514 Traiskirchen, Akademiestraße 3

**Quartier:** auf Anfrage

**Referent:** Günter Bringezu/D

**Kurskosten:** für Mitglieder € 240,-,  
für Nichtmitglieder € 260,-

**Anmeldungen:** bei VÖSM & ÖGS, Tel. 02236/865875,  
E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

### Vorankündigung für zwei weitere Seminare in Kooperation mit Univ. Prof. Dr. Hans Tilscher:

1) WIRBELSÄULENSCHULE „KINDER“  
Termin Sept./Okt. 2008 in 1130 Wien, Speising

2) WIRBELSÄULENSCHULE „ERWACHSENE“  
vom 21. – 23. Nov. 2008 in 1130 Wien, Speising

Genaue Ausschreibung folgt im Heft 2/Juni 2008  
oder Auskunft bei VÖSM & ÖGS

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

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

### Teil I – Einführungsseminar

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

**Termin:** 7. – 8. Juni 2008

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

**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 13. Mai 2008 bei der VÖSM & ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875, E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto: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

## Seminar Anatomie zum Angreifen

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

**Inhalte:** Dura-Verhältnisse im Bereich des Schädels;  
Funktionelle Anatomie der Extremitäten-Gelenke;  
Funktionelle Anatomie der Wirbelsäule;  
Fascienverhältnisse.

**Termin:** 31. Mai bis 1. Juni 2008

**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,  
Telefon und Fax 02236/865875 oder E-Mail:  
[office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

## Fortbildungskurs Migräne & Kopfschmerz

In Kooperation mit der  
Gesundheitsschule in der Therme Loipersdorf

**Kursinhalte:** „Komplexe physikalische Therapie der Migräne und anderer Kopfschmerzformen.“ Hier werden die Ausführungen der pathomechanischen Behandlung, vor allem verschiedene Massagemethoden wie Manuelle Lymphdrainage, Bindegewebsmassage, Periostbehandlungen, Akupressur, Marnitz-Therapie und klassische Massage vermittelt, wobei jeweils auf den Befund das richtige therapeutische Mittel eingesetzt wird.

Auch andere flankierende Maßnahmen, wie z. B. die Anwendung von Wärme u. Kälte, oder auch die Elektrotherapie sind informativer Inhalt dieses Seminars.

**Kurstermin:** 1. – 2. Mai 2008

**Kursbeginn:** 09.00 Uhr Seminarraum

**Kurszeiten:** Donnerstag, 09.00 – 18.00 Uhr,  
Freitag, 09.00 – 18.00 Uhr, insgesamt 20 UE

**Kursort:** Therme Loipersdorf – Gesundheitsschule

**Quartier:** auf Anfrage bei der VÖSM & ÖGS

**Referent:** Günther Bringezu/D

**Kursgebühr:** Mitgl. € 260,-, Nichtmitgl. € 280,-

**Anmeldungen:** Bei VÖSM & ÖGS. Einzahlungen bei Raiffeisenbank 2346 Südstadt, BLZ 32633, Kto.Nr. 219.188 unter Angabe des Verwendungszweckes.

Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung wird, wenn der gewünschte Kursplatz noch verfügbar ist, eine Anmeldebestätigung mit einer Zahlungsaufforderung und Einzahlungsfrist übermittelt.

Verschiebung/Absage des Kurses bleibt vorbehalten.

## Fortbildungskurs Manuelle Lymphdrainage

nach Dr. Vodder

**Komplexe physikal. Entstauungstherapie (ML/KPE)  
Teil I – Basiskurs, Teil II – Therapiekurs**

Dieser Kurs ist eine in Österreich anerkannte Ausbildung mit der gesetzlich geforderten Stundenanzahl von 180 UE und wird in Kooperation mit der Gesundheitsschule – Steirisches Thermenland in der Therme Loipersdorf durchgeführt.

**Termin:** 1. – 16. Mai 2008

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

**Kursbeginn:** 9.00 Uhr Seminarraum

**Kursort:** 8282 Therme Loipersdorf

**Quartier:** auf Anfr. im Sekr. od. 8362 Übersbach 245  
„Unsere Mühle“, bei Bedarf bitte gleich selbst anmelden:  
Tel. 03382/820467, N. m. F. DZ € 22,- pro Person,  
N. m. F. EZ € 26,- pro Person

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

**Arzt:** Dr. Michael Schubert

**Kurskosten:** Mitgl. € 960,-, Nichtmitgl. € 1.050,-,  
Preise inkl. Übungssets „Kompressionstherapie“  
im Wert von € 185,-

**Anmeldungen:** ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

## Fortbildungsseminar Kombinationsmassage

nach Prof. Schoberth

In diesem Seminar wird anhand von 4 Krankheitsbildern (Rücken, Schulter, Ellenbogen, Achillessehne) die oben angeführte Spezialmassage praktiziert. Das kombinierte Verfahren setzt sich aus folgenden Anteilen zusammen:

- Klassische Massage
- Stäbchenmassage
- Vakuummassage
- Kryotherapie

**Kurstermin:** 16. – 17. Mai 2008

**Kurszeiten:** Freitag, 13.00 bis 20.00 Uhr  
Samstag, 08.00 bis 17.30 Uhr  
Insgesamt 20 UE

**Kursbeginn:** 13.00 Uhr Seminarraum

Gesundheitsschule Therme Loipersdorf

**Kursort:** Therme Loipersdorf Nr. 152

**Quartier:** auf Anfrage in der Heilmassage- und  
Gesundheitsschule, Tel. 03382 82 04 87,

E-Mail: [gesundheitsschule@therme.at](mailto:gesundheitsschule@therme.at)

**Referent:** Günther Bringezu/D

**Kurskosten:** für Mitglieder € 260,-,

für Nichtmitglieder € 280,-,

**Anmeldungen:** ab sofort bei der VÖSM & ÖGS,

Telefon und Fax 02236/865875 oder E-Mail:

[office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

Anzeige

### Upledger CranioSacral Therapie®

Kursangebot 2008

#### Upledger CranioSacral Therapie®

Philosophie, Anatomie, CranioSacrales System,  
SomatoEmotionale Entspannung

Einführungskurse

- » Bregenz ..... 25.08. – 30.08.2008
- » Kärnten ..... 01.10. – 06.10.2008

#### Viszerale Manipulation

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

Einführungskurse

- » Tirol ..... 15.09. – 20.09.2008
- » Salzburg ..... 10.11. – 15.11.2008

#### Mobilisierende Osteopathische Techniken

Indirekte und direkte Techniken für Wirbelsäule, Brustkorb und  
Becken. Strain counterstrain – spinale Mobilisation –

Muscle Energy

- » Linz ..... 10.06. – 15.06.2008

#### Funktionsstörungen im Kauorgan

- » Linz ..... 03.11. – 06.11.2008

Ausführliches Jahresprogramm 2008, Information und An-  
meldung: Frau Christine Dillinger



UPLEDGER  
INSTITUT  
ÖSTERREICH

Sparbersbachg. 63, 8010 Graz

Tel.: +43 (0)316/84 00 501

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

e-mail: [office@upledger.at](mailto:office@upledger.at)

[www.upledger.at](http://www.upledger.at)

# 2008

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

### VÖSM & ÖGS

- 18.-20.04.08 Wirbelsäulenschule „Erwachsene“  
– Team v. Prof. Dr. Tilscher
- 25.-27.04.08 Sportmasseurausbildung  
– 8. Modul
- 01.-04.05.08 Massage Grundausbildung  
– 1. Teil
- 01.-02.05.08 Migräne & Kopfschmerz  
– Günther Bringezu/D
- 01.-16.05.08 Manuelle Lymphdrainage  
– Günther Bringezu/D
- 16.-17.05.08 Kombinationsmassage  
nach Prof. Schoberth  
– Günther Bringezu/D
- 16.-18.05.08 Sportmasseurausbildung  
– 9. Modul
- 31.05.-01.06. Anatomie zum Angreifen in Innsbruck  
– Ass. Prof. Dr. Karl-Heinz Künzel
- 06.-08.06.08 Sportmasseurausbildung  
– 10. Modul
- 07-08.06.08 Applied Kinesiology f. Masseur  
– Dr. Werner Klöpfer
- 28.06.2008 Abschlussprüfung  
Sportmasseurausbildung
- 28.-29.06.08 Manuelle Lymphdrainage  
Refresherkurs  
– Günther Bringezu/D
- 04.-06.07.08 Medical Taping Concept (MTC)  
– Thomas Metzger/D
- 05.-06.07.08 Fussreflexzonenmassage Grundkurs  
Andreas Schneider
- 23.-24.08.08 Spiraldynamik®  
– PT Gundi Wech
- 05.-07.09.08 Wirbelsäulenschule „Sport“  
– Team v. Prof. Dr. Tilscher
- 27.-28.09.08 Sportmasseurausbildung  
– 1. Modul/Neustart

- 27.-28.09.08 Dynamische Neuromuskuläre  
Massagetherapie  
– Martin Roth
- 21.-23.11.08 Wirbelsäulenschule „Erwachsene“  
– Team v. Prof. Dr. Tilscher

#### **Aufschulung zum „HEILMASSEUR“**

Ab September 2008 bei der VÖSM & ÖGS,  
genaue Termine auf Anfrage.

#### **Neustart einer MASSAGE-GRUNDAUSBILDUNG**

für die Teilnahme zur Ausbildung  
in Sportmassage 2008.  
1. – 4. Mai 2008

1. Teil (insgesamt 5 Teile)  
Anmeldungen erbeten an VÖSM & ÖGS

#### **Neustart! Einzig gesetzlich geregelte SONDERAUSBILDUNG SPORTPHYSIOTHERAPIE für Physiotherapeuten in Österreich!**

Ab Herbst 2008  
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM & ÖGS

#### **Neustart Ausbildung in „SPORTTHERAPIE“**

ab September 2008  
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM & ÖGS  
**Info:** VÖSM & ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875,  
E-Mail: [office@sportphysiotherapie-sportmassage.at](mailto:office@sportphysiotherapie-sportmassage.at)

## 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 und Innsbruck,  
Röntgenseminar, Laserseminar mit Laserschutzbeauftragten, Beckenbodenseminar,  
Triggerpunkt für Masseur, Breuss-Dorn-Fleig-Seminar, Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®  
mit Kissenschwingkurs, Ohr-Akupunkt-Seminar, Tapekurs, etc.**

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

**Ihr Wunsch.  
Unsere Finanzierung.**



[www.raiffeisen.at](http://www.raiffeisen.at)

Wie auch immer Ihr Traumhaus aussehen soll – Ihr Raiffeisenberater bringt Sie günstig in die eigenen vier Wände. Mit einer Finanzierung, die ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Ihre Lebenssituation abgestimmt ist.

**Raiffeisen  
Meine Bank**



**NEU:**

## **Leukotape® K Pain Relief Technique**



AA800301.001

Immer mehr Patienten leiden unter Schmerzen, die mit herkömmlichen Methoden kaum therapierbar sind. Andere verweigern eine systemische Schmerztherapie, weil sie ihren Körper nicht zusätzlich belasten wollen. All diesen Patienten können Sie jetzt helfen: mit Leukotape K, der neuen Pain Relief Technique von BSN medical. Ob Rückenschmerzen, Epicondylitis oder Tendinitis – mit Leukotape K haben Sie die Chance, den Schmerz wegzumassieren. Ganz einfach, ganz natürlich, ganz ohne

Nebenwirkungen. Wollen Sie mehr über diese besondere Technik wissen? Dann füllen Sie den beigefügten Coupon aus und senden Sie ihn an:

Beiersdorf GesmbH / BSN medical  
Laxenburgerstraße 151 · 1100 Wien



### **Ich möchte mehr wissen.**

Name

Adresse

Telefon-Nr.  e-mail



Beiersdorf GesmbH / BSN medical · Laxenburgerstraße 151 · 1100 Wien  
Tel. +43 1 61 400-371 · Fax +43 1 61 400-394 · medical.office@beiersdorf.com