Verlags- und Versandpostamt 2344 Maria Enzersdorf

15 Top-Seminare 2005/06

sport physiotherapie

BSO SERVICE IM SPORT

Oktober 2005
16. Jahrgang • Heft 3

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

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

Das neue, alte Duo: VÖSM-ÖGS-Präsident Dr. Andreas Kainz, Vize Dr. Thomas Bochdansky

Ein Fall für Zwei

● Die beiden Vereine VÖSM und ÖGS fusioniert

die schwarze salbe gegen entzündungen und schmerz

ICHTHOLAN® 50%

In Ihrer Apotheke in den Größen 40 g und 250 g erhältlich

- wirkt stark **schmerzlindernd**,
- **entzündungshemmend** und
- **abschwellend**
- für **Iontophorese** geeignet

Ichtholan® 50% beschleunigt den Heilungsprozess bei ...

- **Überlastungsreaktionen** wie Sehnenscheidenentzündung, Gelenksentzündung, Schleimbeutelentzündung, Tennis- oder Golfarm und bei
- **stumpfen Verletzungen** wie Muskelverletzungen, Zerrungen, Verstauchungen, Prellungen und Quetschungen

... und verhilft somit zu einer raschen Wiederaufnahme sportlicher Aktivitäten.

„Bei allen Salbenverbänden traten weder Hautreizungen noch sonst irgendwelche Nebenerscheinungen auf. Im Gegenteil, es konnte eine gewaltige Schmerzlinderung erzielt werden."

RegRat Kurt Waltl, Davis Cup- und Fed Cup-Betreuer, Sportphysiotherapeut, Masseur, Staatl. gepr. Trainer für allg. Körperausbildung, Staatl. gepr. Tennislehrer

Anwendung:

- Tragen Sie Ichtholan 50% Salbe mit einer Spachtel auf die schmerzende Stelle auf. Zur Abdeckung können Sie je nach Bedarf Mull oder Zellstoff verwenden.
- Das Gelenk sollte locker mit einer elastischen und atmungsaktiven Binde verbunden werden.
- Vermeiden Sie dabei einen völligen Luftabschluss.
- Wechseln Sie den Verband alle ein bis zwei Tage.
- Nach Abnahme des Verbandes die Salbenreste sorgfältig abwaschen.
- Ichtholan 50% sollte bis zum Abklingen der Beschwerden angewendet werden.
- Längerfristige Anwendung möglich, da der Wirkstoff (dunkles sulfoniertes Schieferöl) aus der Natur kommt.

Thierry Murrisch et al., Urgestein-Pharmakon in der Sporttraumatologie; Sonderdruck aus *Der Allgemeinarzt*, 1999
Günter Regling et al., Sulfoniertes Schieferöl lindert Kniebeschwerden; Sonderdruck aus *Der Allgemeinarzt*, Nov. 1994

www.sanova.at

Sanova Pharma GesmbH., Haidestraße 4, A-1110 Wien
Frau Elke Kahl, E-Mail: elke.kahl@sanova.at

Sanova
Gesundheit bewegt

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Die Fusion

Was Banken, Autokonzerne und Kaufhausketten für notwendig erachten, nämlich einen Zusammenschluss aus wirtschaftlichen, organisatorischen, strategischen Gründen, gilt auch für die beiden Vereine VÖSM und ÖGS: Die Fusion der eigenständigen Vereine.

Als ich vor sieben Jahren die Öffentlichkeitsarbeit der beiden Organisationen übernahm, stellte sich mir von Anfang an die Frage: Warum gibt es hier eigentlich zwei Vereine? Der eine macht doch das gleiche wie der andere, nämlich Fortbildung, Seminare etc. und sogar alle zwei Jahre einen gemeinsamen Sportphysiotherapie-Kongress – und das alles von einem einzigen Sekretariat. Es war auch anfangs schwer, die beiden auseinander zu halten: Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS) und die Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM). Alle Vorstandssitzungen wurden gemeinsam abgehalten, hier der VÖSM-Präsident Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, da der ÖGS-Präsident Prim. Dr. Andreas Kainz.

Die Zweigleisigkeit hat sich zwangsläufig ergeben, als zwei Jahre nach der Gründung der VÖSM (vor fast 30 Jahren) die ÖGS ins Leben gerufen wurde und damals schon beide Institutionen auf Grund ihrer engen Verflechtungen erkannten, dass nur ein gemeinsamer Weg zielführend sein könne.

In Zeiten der allgemeinen Rationalisierungen lag die „Ehe“ der beiden Vereine zwangsläufig schon seit geraumer Zeit in der Luft. Schließlich die außerordentliche Generalversammlung am 28. September in Wien. Tagesordnungspunkt: Die Fusion der ÖGS und VÖSM. Nach eingehenden Diskussionen war die Zusammenlegung der beiden Vereine schließlich eine klare Sache: In allen Punkten wurde die Fusion von den ordentlichen Mitgliedern einstimmig angenommen. Ein klares Ja zu einem neuen, modernen und zielführenden Vereinskonzept, das künftig der immer stärker werdenden Konkurrenz noch besser Paroli bieten wird können.

Mit der Führungscrew, nämlich Dr. Andreas Kainz als Präsident und Dr. Thomas Bochdansky als Vize, hat sich im Prinzip an der Spitze nichts geändert. Nicht zu vergessen Franz Istvan, den Mann der ersten Stunde, der ebenfalls wieder zum Vizepräsidenten gewählt wurde. Generalsekretärin der neuen VÖSM-ÖGS: Wieder Eva Janko, bei der auch künftig sämtliche Fäden zusammenlaufen.

Die Weichen für die Zukunft sind gestellt. Jetzt gilt es, auf dem hohen Niveau, das in den vergangenen Jahren erreicht wurde, die Arbeit konzentrierter fortzusetzen.

In diesem Sinne

Ihr

Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL/IMPRESSUM *Die Fusion* **4 AUSBILDUNG** *Rückblick auf den Modul B Massage Grundkurs* **6 WEITERBILDUNG** *Neustart der Sonderausbildung Sportphysiotherapie* **9 COVER** *Die Fusion VÖSM-ÖGS – Vernunftsehe aus Liebe* **18 EXPERTISE** *Magnesium in Muskelzellen* **22 FORTBILDUNG** *Triggerpunkt-Massage, Applied Kinesiology, „Medical Taping Concept“, Elektrotherapie etc.* **27 TERMINE** *Kalender 2005/2006*

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) und 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, Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, 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-Präsident Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, 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, eMail: kopp.dtp@t-online.de
Druck: Facultas Verlags AG, Berggasse 5, 1090 Wien, Telefon: 01/310 53 56, Fax: 01/318 70 50

Voll bestanden

Massage Modul B. Rückblick aus der Sicht der Kursteilnehmer.

Im Zeitraum von Juli bis September 2005 wurde von der VÖSM zum ersten Mal das Pilotprojekt „Massage Grundausbildung Modul B“ angeboten, um auch Quereinsteigern (mit Sportbezug) aus allen Berufssparten den Einstieg zur Ausbildung zum Sportmasseur zu ermöglichen, der bis vor kurzem nur den Heilmasseuren und Medizinischen Masseuren sowie den Gewerblichen Masseuren vorbehalten war. In kurzer, aber sehr intensiver Zeit haben wir uns ein großes Wissen in den Teilgebieten Anatomie/Physiologie, Erste Hilfe und Unfallverhütung, Histologie & Hygiene und Pathologie angeeignet. Besonders die kleineren und größeren Exkurse und die beeindruckenden Zeichnungen des Dr. Wilde werden dem einen oder anderen Kursteilnehmer noch länger in Erinnerung bleiben.

Im Bereich „Massage“ hat uns unser Harry Bärenthaler mit seiner langjährigen Erfahrung als Sportmasseur öfters in den „anaeroben“ Bereich getrieben, wobei manche Spezialgriffe, wie der sog. „Peitschengriff“, angeboten wurden, der in einem Fall nicht ganz ohne kleinerem Kratzer über die Bühne ging (danke Hannes!)

Aus unserer Sicht waren die Präparate und Wandtafeln, die die VÖSM zum Teil extra für diesen Kurs erworben hat, sehr hilfreich, um die Anatomie auch richtig zu „begreifen“.

Insgesamt gesehen konnten wir in wenigen Wochen einen hohen Level an Wissen und Praxis in der Massage erlernen und freuen uns auf die kommende Ausbildung zum Sportmasseur!

Die Kursteilnehmer

Ein Gedicht für die VÖSM...

Ein Mensch, der das Massieren lernen will,
geht hin zur VÖSM und sitzt nicht still.
Kann dort am eigenen Leib verspüren,
wie andere ihre Hände führen!

Dort zeigt dir Harry dann ganz genau,
ob du nun Mann bist oder Frau:
Streichen, kneten, friktionieren
brauchst dich nicht dafür genieren!

Denn alle fangen an hier neu
und bleiben auch der VÖSM treu.
Wir hatten im Kurs viele tolle Lehrer,
und das Niveau wurde immer schwerer,
was die Gruppe noch mehr verband
bis sie die Prüfungen überwand.

In Form von Wilde, Trimmel, Grafenauer
bekam manch einer einen Schauer,
denn Kapillare, Lymphe, Urämie –
manche hörten das noch nie!!!
Doch letztendlich haben bestanden alle,
trotz manchem Stammeln und Gelalle...
Das wurde gefeiert mit so manchem Bier
und wie wir hier beisammen stehn sagen wir:

„Wir freuen uns schon söhr (= sehr)
... auf den kommenden Kurs zum Sportmasseur!“

Erinnerungsfoto für das Album: Die 21 Kursteilnehmer stellten sich nach bestandener Prüfung zum Gruppenfoto, flankiert von Harry Bärenthaler

+ Zitate +++ Zitate +++ Zitate +++ Zitate +

„Anfangs war mein Mann skeptisch, aber nach der ersten Beinmassage (nach dem ersten 9-tägigen Kursblock) verglich er mit seinem Masseur, der immerhin 60 Euro pro Stunde verlangt, und alle Zweifel waren beseitigt.“ *(Sabine)*

★ ★ ★

„Da Kurs is anatomisch a Wahnsinn.“ *(Gerhard)*

★ ★ ★

„Der Kurs is super! Nachdem ich bereits einen Sportverein betreue, konnte ich schon Vieles praktisch anwenden.“ *(Hermann)*

★ ★ ★

„Kaum zu glauben, was man in so kurzer Zeit lernen kann. Vor drei Monaten haben wir uns noch keine Gedanken in anatomischer oder pathologischer Richtung gemacht und uns mit „laktierenden Mammas“ herumgeschlagen! Jetzt können wir schon fast mit Medizinstudenten mithalten!“ *(Michi)*

★ ★ ★

„Der gesamte Kurs war sehr interessant und wir konnten tief in eine neue Materie eintauchen. Unser Wissen wurde in einige Richtungen sehr erweitert (Pathologie, Physiologie, Histologie und Hygiene) und hat uns für´s Sport-Studium auch einiges gebracht. Das Programm war zwar zeitlich sehr eng aneinander gepackt, aber mit der richtigen Abfolge an Praxis und Theorie alles machbar!“ *(Florian)*

★ ★ ★

„Die Vortragenden waren fachlich äußerst kompetent, aber auch menschlich schwer in Ordnung und hatten trotz mancher nicht enden wollenden Fragen einiger Teilnehmer, immer ein offenes Ohr für uns. Die gesamte Gruppe ist sehr eng zusammengewachsen – besonders durch die gemeinsamen Tätigkeiten, durch körperliche Nähe, gemeinsame Prüfungsängste und Nöte und durch sehr viel Humor, der bei diesem Kurs wirklich nicht zu kurz gekommen ist! Wortkreationen wie „Tränendrüseninkontinenz“ und neue anatomische Einteilungen für Hauttypen (3 Typen – Vorhaut, Jungfernhaut und Hornhaut) waren nicht selten.“

(Die Kursgruppe)

Praktizierte Praxis: Teilnehmer der Massage Grundausbildung Modul B

Der Modul B-Kurs aus Sicht des Kursleiters

Als Kursleiter war ich von der Leistung aller Kursteilnehmer sowohl während der Ausbildung als auch bei der Abschlussprüfung schwer beeindruckt. Eine hohe Lernbereitschaft, Arbeitsdisziplin, aber auch ein toller Teamgeist haben diese Kursgruppe ausgezeichnet und damit das Unterrichten zur Freude gemacht.

Damit ist auch eine gute Basis für den anschließenden Sportmasseurkurs gelegt.

Ein großes Lob und Dankeschön möchte ich auch unseren ausgezeichneten Referenten aussprechen, die mit Kompetenz und viel Fingerspitzengefühl eine stark geforderte Kursgruppe abwechslungsreich und interessant unterrichtet haben. Mein Dank gilt auch Mag. Werner Eidher, der für die Beschaffung der neuen Präparate verantwortlich war und darüber hinaus als ‚beruhigender’ Beisitzer in der Prüfungskommission agiert hat.

Euer Harry Bärenthaler

„Büffle ich schon zwanzig Tag’
fern der Heimat, weil ichs mag.
Knete, walke, friktioniere
heim kriech ich auf alle viere.
Statt ins Bettchen Patho lesen –
Freundin wär bald bös gewesen –
einmal schütteln stimmt sie gnädig;
glück gehabt – sonst wär ich ledig.
Hab ich so ganz schön viel erworben,
kann nun streichen ohne Sorgen,
kann nun ganze Muskel greifen,
Händ’ jetzt ganz hygienisch seifen.
Zum Dank ich mich verbeugen tu
vor Freunden, Lehrern noch im Nu.“

Harald Paulsen

Herzlichen Glückwunsch
allen Absolventen (Pionieren) des Modul B-Kurses!

Es sind dies:

Blauensteiner Johannes, Freyberger Melitta, Hummer Gerhard, Jahn Roman, Karlsreiter Florian, Kregsamer Sabine, Kruckenfellner Hermann, Lehr Daniel, Lugauer Christine, Lukasser Michaela, Neulinger Stephan, Mag. Paulsen Harald, Penz Helene, Robinek Karin, Mag. Röhr Peter, Schnabl Regina, Schönowitz Franz, Schreder Marian, Stranig Markus, Swoboda Stephan, Teufner David

Neustart der Sonderausbildung Sportphysiotherapie

der VÖSM-ÖGS und dem Amt der Niederösterr. Landesregierung

Die neue „Sonderausbildung Sportphysiotherapie“ der Österreichischen Gesellschaft für Sportphysiotherapie in Verbindung mit dem Amt der NÖ. Landesregierung Gruppe Gesundheit und Soziales, Abt. Sanitäts- und Krankenanstaltenrecht, wird nach § 32 Abs. 2 des Bundesgesetzes über die Regelung der gehobenen medizinisch-technischen Dienste (MTD-Gesetz), BGBl. Nr. 460/1992 in der geltenden Fassung abgehalten.
Zur Sonderausbildung sind nur Physiotherapeuten(innen) zugelassen. Die gesamte Sonderausbildung Sportphysiotherapie umfasst 220 Unterrichtseinheiten Theorie und 420 Unterrichtseinheiten Praxis (1 UE = 45 Min).

Diese Sonderausbildung wird auch von der Österreichischen Bundessportorganisation (BSO) anerkannt.

Seminare:

1) Manuelle Lymphdrainage: 20 UE

Inhalte:
- Grundlagen für die Anwendung der ML innerhalb der Sportphysiotherapie

2) Trainingstherapie, Therapeutisches Training: 20 UE

Behandlungskonzepte

Inhalte:
- Rehabilitation OE
- Rehabilitation UE
- Sensomotorisches Training
- Förderung der Readaptation von Weichteil- und Knorpelschäden

3) Funktionelle Anatomie: 20 UE

Inhalte:
- funktionelle Histologie der Bindegewebe
- Zelluläre Adaptation
- Muskelphysiologie
- Normbeweglichkeiten
- Anatomie in vivo
- Funktionelle Muskelketten

4a) Sporttraumatologie: 11 UE

Inhalte:
- Häufige sporttraumatologische Verletzungen
- Verletzungsmechanismen, diagnostisches und Therapeutisches Vorgehen, moderne Trends
- arthroskopische Möglichkeiten und Grenzen
- Sportarten, Belastungsvorgaben, Konsequenzen für die Nachbehandlung
- Fuß, Knie, Schulter

4b) Sportorthopädie: 9 UE

Inhalte:
- Häufige sportorthopädische Krankheitsbilder
- Sportorthopädische Fußanalyse
- Schuhe, Einlagen, Dämpfung
- Trendsportarten und häufige Verletzungen

5) Biomechanik Theorie und Praxis: 20 UE

Inhalte:
- allgemeine und angewandte Biomechanik
- spezielle Biomechanik

6) Funktionelle Verbände, Tapen: 20 UE

7a) Trainingslehre in Theorie und Praxis: 11 UE

Inhalte:
- Grundbegriffe des sportlichen Trainings
- Prinzipien des sportlichen Trainings
- Trainingsmethodik
- Trainingsplanung u.Trainingsdiagnostik
- Ausdauer, Kraft-, Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining

7b) Leistungsphysiologie: 9 UE

Inhalte:
- Energiegewinnung
- Energieumsatz
- Energiestoffwechsel
- Muskelkraft
- Der Kreislauf
- Die Lunge

8a) Regeneration im Sport: 11 UE

Inhalte:
- physikalische Maßnahmen im Sport (speziell Thermo- und Elektrotherapie, Lasertherapie)
- Wettkampfvorbereitung und Nachsorge
- Workshop: Sauna

8b) Schmerz: 9 UE

Inhalte:
- Schmerzphysiologie
- Schmerzmuster
- Befunderhebung

9) Osteopathische Techniken unter besonderer Berücksichtigung der Faszientechnik: 20 UE

10a) Sportpsychologie: 9 UE

Inhalte:
- Sportpsychologische Problemstellungen
- Rahmenüberlegungen zu sportpsychologischem Training

- Kommunikation und Feedback
- Psychische Beanspruchung d. Sportverletzungen
- Psychologische Faktoren der Rehabilitation nach Sportverletzungen
- Wettkampf und Coaching

10b) Ernährung: 11 UE

Inhalte:
- Biochemische Grundlagen der Nährstoffe
- Energie und Nährstoffbedarf
- Biorhythmus und Mahlzeitenverteilung
- Nährstoffbedarf der verschiedenen Sportlergruppen
- Praktische Ernährungsberatung
- Ernährung zur Prävention und Rehabilitation

11) Sportspezifische Massagetechniken: 20 UE

Inhalte:
- Wiederholung der klassischen Griffe
- Stäbchenmassage
- Entmüdungsmassage
- Wettkampfvorbereitungsmassage
- Behandlung der Myofaszialen Punkte
- Trigger Points
- Tender Points

12) Leistungsdiagnostik, Sportmotorik in Theorie und Praxis: 20 UE

Inhalte:
- Allgem. Grundlagen der Leistungsdiagnostik
- Sportart-, Disziplinanalyse
- Labor-, Felddiagnostik, Typische Testverfahren
- Typische Parameter in der Diagnostik
- Laktatleistungskurve
- Trainingsüberwachung
- Ist-Soll-Vergleich
- Interpretation von Testergebnissen
- Umsetzung in die Trainingspraxis
- Anthropometrie
- Ergometrie PWC und Laktat
- Conconitest
- Laktatschwellentest
- Trainingsüberwachung (Laktat,HF)

13) Biomechanik und Muskelphysiologie: 20 UE

Inhalte:
- Spezielle Biomechanik u. Muskelphysiologie im Sport

14a) Doping: 2 UE

Inhalte:
- Anti-Dopingbestimmungen
- Anti-Doping-Kontrolle
- Verbotene Wirkstoffe
- Analytik
- Verbotene Methoden

14b) Trainingslehre: 9 UE

Inhalte:
- Fortsetzung vom Seminar 7a

14c) Sportböden: 9 UE

Inhalte:
- Darstellung von Meßmethoden für verschiedene Sportböden

Referentenliste liegt im Büro der ÖGS auf.

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

Kurskosten: € 3.000,– (3 Ratenzahlungen möglich)

Kurszeiten:

Samstag:	08.30 – 10.45 Uhr 3 UE
	11.15 – 12.45 Uhr 2 UE
	14.00 – 16.15 Uhr 3 UE
	16.45 – 19.00 Uhr 3 UE
Sonntag:	08.30 – 10.45 Uhr 3 UE
	11.15 – 12.45 Uhr 2 UE
	14.00 – 15.30 Uhr 2 UE
	16.00 – 17.30 Uhr 2 UE

Kursbeginn: 4. – 5. Februar 2006
(Genaue Termine werden noch bekannt geben)

Anmeldungen erbeten bis spätestens 2 Monate vor Kursbeginn an die ÖGS, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Abgabetermin Diplomarbeiten:
wird noch bekannt gegeben

Abschlussprüfung: wird noch bekannt gegeben
Nach ca. 1 Jahr ab Kursbeginn muss an die Prüfungskommission ein einseitiges Exposé der Arbeit abgegeben werden. Innerhalb von 14 Tagen erfolgt die Benachrichtigung, ob das Exposé angenommen wurde. Nähere Details zur Abschlussprüfung entnehmen Sie bitte nach Anmeldung der Prüfungsordnung.
Die erfolgreichen Teilnehmer/innen erhalten ein **Kommissionelles Abschlusszeugnis** sowie ein **Diplom „Sonderausbildung Sportphysiotherapie“.**
Die besten Diplomarbeiten können im Internet und in der Zeitung „Sportphysiotherapie“ veröffentlicht werden. Die beste Diplomarbeit wird prämiert. Der Kandidat (die Kandidatin) wird zum nächstfolgenden Internationalen Kongress für Sportphysiotherapie zur Präsentation eingeladen.
Die gesamte Ausbildungsreihe muss innerhalb von 4 Jahren abgeschlossen werden.

Kursorte:
Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, Olympiastützpunkt IMSB, Johann Steinböck-Straße 5, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt;
Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstr. 36;
Kommunikationszentrum BFF, 2522 Oberwaltersdorf, Lichtäckerstraße 22

Für das Zustandekommen der Seminare ist eine Mindestteilnehmerzahl von 18 Personen notwendig.
Die Kursleitung behält sich Änderungen vor.

Mega-Event in Wien

Tag des Sports 2005. Viele Top-Stars am Wiener Heldenplatz.

VÖSM-Team: Matzka, Kipferling, Spötta, Stuck

Szenen-Bild vom VÖSM-ÖGS-Stand: Voller Einsatz

Bedingt durch ein traumhaftes Wetter pilgerte eine Rekordbesucherzahl von 250.000 Fans zu dem Mega-Event und umjubelten die Besten dieses Sports. 260 Aktive wurden von Bundeskanzler Wolfgang Schüssel für ihre Erfolge bei Welt- und Europameisterschaften, im Weltcup und bei Olympia in Athen geehrt. So gab es einen Aufmarsch von Stars sondergleichen! Die Asse des Sommers wie die Segel-Olympiasieger Roman Hagara/Hans Peter Steinacher, die Schwimmer Markus Rogan und Mirna Jukic, Tischtennis-Europameisterin Liu Jia oder Judokämpferin Claudia Heill gaben stundenlang Autogramme – wie später die Ski-Prominenz Michael Walchhofer, Benni Reich, Fritz Strobl, Mario Matt, Alexandra Meissnitzer oder Niki Hosp. Fast 100 Sportverbände und Organisationen forderten an ihren Präsentationsständen in einer tollen „Mach-mit-Aktion" zur Betätigung auf. Alles war vertreten – ob Minigolf, Judo, Klettern u.v.a.

Natürlich durfte auch die VÖSM-ÖGS mit ihrem reichhaltigen Bildungsangebot nicht fehlen. Im unermüdlichen Einsatz wurde von Rudi Stuck „Sportmassage" in bekannt qualifizierter Art dargeboten. Mit traurigen Gesichtern wurde um 15.40 Uhr der praktische Teil beendet.

Herbert Matzka, Daniela Spötta und Herbert Kipferling präsentierten das reichhaltige Bildungsangebot. Sportphysiotherapie, klassische Massage, Sportmassage und Aufschulung für Heilmasseure waren die gefragtesten Ausbildungsthemen. Erstmals wurde auch die Ausbildung für „Med. Masseure" angesprochen. An Hand von Wandtafeln wurde das Lymphgefäßsystem, die Fußreflexzonenmassage, Akupunkt-Meridian-Massage und Dorn & Breuss-Methode bildlich dargestellt. Die Öffentlichkeitsarbeit der VÖSM-ÖGS hat sich gelohnt.

PS: Freiwillige Mitarbeiter für den Tag des Sports 2006 sind herzlichst willkommen. Anmeldungen im VÖSM-ÖGS-Sekretariat.

Geschafft

Der 26. Ausbildungslehrgang zum Sportmasseur wurde am 25. Juni 2005 mit der Kommissionellen Prüfung abgeschlossen.

Von den 22 gemeldeten Kursteilnehmern sind 20 zur Prüfung angetreten und alle 20 haben die Sportmasseurprüfung erfolgreich bestanden.

Mit ausgezeichnetem Erfolg:
Gerald DEMOLSKY, Dieter ENGELHART, Franz HAGER und **Petra WALK**

Mit gutem Erfolg:
Sonja GRUBER, Karl STEINER

Bestanden:
Michaela BORNEMANN, Werner DIETL, Rainer EISELMEIER, Christian EITLER, Monika FERSTL, Christian KURKA, Michael MIKSCH, Wolfgang PLIEWEIS, Ing. Peter ROMMER, Stefan SCHWAIGER, Mirko SEMITAIO, Karin TESAR, Andreas UNTERHUBER und **Sabine WURZ.**

Die Redaktion gratuliert allen zur bestandenen Prüfung!

26. Ausbildungslehrgang zum Sportmasseur: Alle 20 kamen durch

Spitzen-Quartett (v. l.): Engelhardt, Hager, Walk, Demolsky

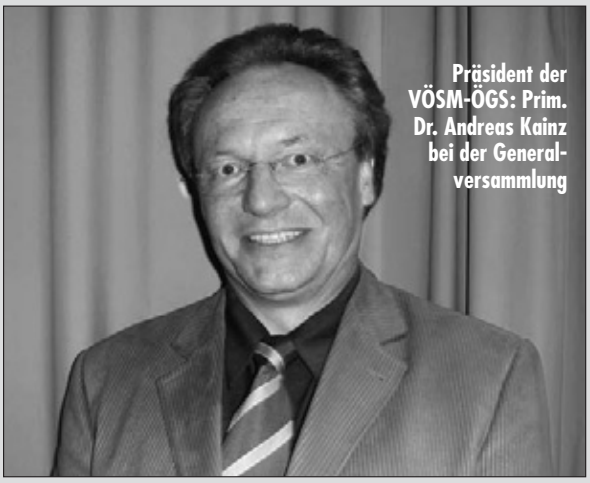
Vernunfts-Ehe aus Liebe

VÖSM-ÖGS-Generalversammlung. Es wurde zusammengefügt, was eigentlich nur noch auf dem Papier getrennt war.

Sicherlich – der Vergleich ist gewagt: Tag der Einheit – Synonym für die Vereinigung Deutschlands vor genau 15 Jahren! Das deutsche Volk wurde wiedervereint, es ist zusammengewachsen, was immer schon zusammengehörte.
Mit der VÖSM und ÖGS ist es nicht anders – die Fusion zweier Interessensgruppen, zweier Vereine. „Es wurde zusammengefügt, was eigentlich nur noch auf dem Papier getrennt war“, so der neue alte Präsident, Primarius Dr. Andreas Kainz, in seiner Antrittsrede.
Konkret: Am 28. September 2005, Punkt 20.47 Uhr wurde nach der 28jährigen Verlobung zwischen VÖSM und ÖGS die „Ehe“ geschlossen. Zugegeben – in erster Linie eine Ehe der Vernunft. Wer sich aber die Fotos auf den nächsten Seiten anschaut, wird erkennen, dass auch Vernunftsehen durchaus ihren Reiz haben können. So locker und gelöst ging in den vergangenen Jahren kaum eine Generalversammlung über die Bühne, selbst das „letzte Abendmahl“ der noch getrennten Vereine war das Vorspiel zu einem gemeinsamen Höhepunkt, der nach dem vorgelegten Bericht des Kassenprüfers und der Entlastung des Vorstandes in der einstimmigen Fusion der VÖSM und ÖGS gipfelte. Im Bewusstsein aller, dass die großen Aufgaben und Ziele als eigenständiger VÖSM-ÖGS-Verein besser zu realisieren sein werden, als in der vergangenen Doppel-Vereins-Funktions-Form. Die VÖSM/ÖGS ist tot, es lebe die VÖSM-ÖGS.

Der neu gewählte VÖSM-ÖGS-Vorstand

Präsident: **Prim. Dr. Andreas Kainz**
Vizepräsident: **Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky**
Vizepräsident: **Franz Istvan**
Schriftführer: **Dr. Ursula Hofmann**
Schriftführer-Stellvertreter: **PT Christine Schober**
Kassier: **Herbert Kipferling**
Kassier-Stellvertreter: **PT Andreas Semmelweiss**
Rechnungsprüfer: **Dr. Doris Winkler, Daniela Spötta**
Schiedsgericht: **Oskar Brunnthaler, PT Sabine Gieber, Dipl. Sptl. Harry Bärenthaler, Elfi Hana**
Medizinische Konsulenten für Kurse und Kursinhalte: **Dr. Ursula Hofmann, Dr. Lukas Trimmel**
Fachliche Konsulenten für Kurse und Kursinhalte: **PT Wolfgang Pachatz, Dipl. Sptl. Harry Bärenthaler**
Kursmanagement/Betreuung/Inventar: **HM Friedrich Stranz**
Generalsekretärin: **Eva Janko**



Präsident der VÖSM-ÖGS: Prim. Dr. Andreas Kainz bei der Generalversammlung

Ein denkwürdiger Tag

Liebe Freunde der VÖSM und der ÖGS! Der 28. September 2005 war für uns alle ein denkwürdiger Tag. Seit vielen Jahren arbeitet nun schon der Verein österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) und Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS) eng zusammen. Viele gemeinsame Veranstaltungen, darunter zehn internationale Kongresse für Sportphysiotherapie, wurden ausgerichtet. Unzählige Fortbildungs-Veranstaltungen durchgeführt. So kam es, dass die beiden Begriffe VÖSM und ÖGS immer häufiger in einem Atemzug genannt wurden. Vielen ist es gar nicht mehr bewusst geworden, dass dies eigentlich zwei getrennte Vereinigungen sind. Diesem Umstand Rechnung tragend, haben wir uns vor neun Monaten entschlossen, die beiden Vereine nun endgültig zusammenzulegen, um zusammenzufügen, was eigentlich nur mehr auf dem Papier getrennt war. Wir erhoffen uns dadurch, dass wir noch effizienter arbeiten können, um unseren Mitgliedern ein noch besseres Service bieten zu können. An dieser Stelle möchte ich mich bei all jenen bedanken, die über die vielen Jahre maßgeblich für die beiden Vereine tätig waren und durch ihre unermüdliche Arbeit dazu beigetragen haben, dass die VÖSM-ÖGS heute diesen besonderen Stellenwert in der Sportbetreuung inne hat. Vielen Dank und viel Erfolg der VÖSM-ÖGS! Prim. Dr. Andreas Kainz D.O.

Vereint: Der gesamte Vorstand sowie Mitarbeiter der VÖSM-ÖGS bei der Generalversammlung am 28. September

DER TAG D

Vorstand – Leitungsorgan: Kipferling, Semmelweiss, Dr. Bochdansky, Dr. Hofmann, Dr. Kainz, Schober, Istvan

Medizinische und fachliche Konsulenten: Dr. Trimmel, Bärenthaler, Dr. Hofmann, PT Pachatz

Fachsimpelei: PT Andreas Sem
Dr. Thomas Bochdansk

ER EINHEIT

ımelweiss, Dr. Andreas Kainz,
ky, Dr. Lukas Trimmel

Das VÖSM-ÖGS-Triumphirat: Prim. Dr. Andreas Kainz,
Eva Janko, Prim Dr. Thomas Bochdansky

Guter Dinge in die neue Ära: Franz Istvan, Christine Schober,
Prim. Dr. Andreas Kainz, Dr. Uschi Hofmann

Ausbildung für Lehraufgaben

gem. § 30, 37 und § 57 MMHmG

Heilmasseure (neu) können die Berechtigung zur Ausübung von Lehraufgaben erwerben. Lehraufgaben umfassen

1. Lehrtätigkeiten im Rahmen der Ausbildung zum medizinischen Masseur, des Aufschulungsmoduls zum Heilmasseur, die Spezialqualifikationsausbildungen und der Ausbildungen für Lehraufgaben und
2. die Leitung von Ausbildungen zum medizinischen Masseur, von Aufschulungsmodulen zum Heilmasseur, von Spezialqualifikationsausbildungen und von Ausbildungen für Lehraufgaben.

Die Lehrtätigkeit umfasst die Planung, Durchführung und Auswertung des theoretischen und praktischen Unterrichts.
Die Leitung umfasst die fachliche, pädagogische und organisatorische Leitung und die Dienstaufsicht im Rahmen der theoretischen und praktischen Ausbildung.

Ausbildungsinhalte für Lehraufgaben:
Dauer 120 Stunden in den Fächern: Berufskunde u. Ethik, Pädagogik, Psychologie u. Soziologie, Unterrichtslehre und Lehrpraxis, Kommunikation, Verhandlungsführung und Konfliktbewältigung, Management, Organisationslehre und Statistik, Betriebsführung, Rechtskunde. Nach Abschluss der Ausbildung ist eine kommissionelle Abschlussprüfung abzulegen.
Nach erfolgreichem Abschluss dürfen Heilmasseure nach § 37 MMHmG die Zusatzbezeichnung „Lehrberechtigte/r Heilmasseur/in“ führen.
Kursort: Kommunikationszentrum BFF, Lichtäckerstraße 22, 2522 Oberwaltersdorf.
Kurskosten: für Mitglieder € 1.200,–, für Nichtmitglieder € 1.350,– (exkl. Prüfungsgebühr)
Termin: 1. Modul: 17. – 19. Februar 2006 (weitere Module folgen)
Der Unterricht findet nur an Wochenenden statt.
Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Telefon und Fax 02236/865875,
E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

„Versteckte Points“

Sporttherapie-Ausbildung. Am 10. September 2005 begann der neue Lehrgang. Ein Bericht von Michael Apfelthaler.

Froh darüber, dass dieser von uns zum Teil lange ersehnte Ausbildungslehrgang stattfindet, danke ich zu Beginn den Verantwortlichen. Gespannt, wer wohl mit mir die Schulbank drücken wird, kann ich jetzt sagen, ein tierisch gutes Team – von alten Hasen bis Frischlingen.
Die samstags am Programm stehenden Funktionellen Verbände (Tapen) – unter Anleitung bzw. dem wachsamen Auge von Dieter Slavik – waren somit eine variantenreiche Mischung von Lehrbuchwissen angereichert mit vielen praktischen Erfahrungswerten aus unterschiedlichen Sportarten, mit Tipps für Therapie und Prophylaxe. Von Zehe über Sprunggelenk – Knie – Rippen - Schulter bis Finger blieb so gut wie keine Region von den teilweise bunten Klebestreifen verschont. Zum Nachüben – an geeigneten Übungsobjekten dürfte es wohl keinem mangeln – erhielten wir dankenswerter Weise Material.
Sonntags hatten wir mit Horst Pörtschacher unter dem Titel „Myofasciales System“ eine intensive Einheit zu absolvieren. Beginnend mit einer ausführlichen Befundung brachte er die Teilnehmer dann mittels Trigger–Point–Behandlung (myofasciale Auslösepunkte) gehörig ins Schwitzen. Rasch waren sie von der effizienten Wirkung dieser Technik überzeugt. An die Behandlung dachte ich montags noch recht intensiv, zumal sich auch bei mir einige „Points auf der Übungsstrecke zwischen HWS und LWS“ versteckt hatten.

Kurs-Teilnehmer: Michael Apfelthaler

Abschließend weckte Horst das Interesse betreffend der Inhalte seiner nächsten Unterrichtseinheiten – mehr dazu im Jänner.
Ich freue mich jedenfalls schon auf den nächsten Kursblock – mit Trainingstherapie, Trainingslehre und meinen Kollegen – im Oktober.

Teilnehmer sind Absolventen vorangegangener Sportmasseurausbildungen: Michael Apfelthaler, Eva Arnold, Nina Draxler, Christian Eitler, Hubert Horny, Wolfgang Kammerer, Heinz Lang, Barbara Siebenhandl, Alexander Sperl, Sabina Spitzer, Armin Wildoner, Ing. Ewald Zahrnhofer.

Massage-Grundausbildung

für die Teilnahme zur Ausbildung in Sportmassage 2006

MODUL A

Allgemeine Bestimmungen:
Teilnahme für jeden sportlich Interessierten
Voraussetzungen: keine (mitzubr. Leumundszeugnis)
Teilnahmeberechtigung ab dem 17. Lebensjahr mit abgeschlossener Schulausbildung
Die VÖSM behält sich vor, Teilnehmer aus dem Kursbetrieb auszuschließen.

Einführung in die Unterrichtsfächer:

Biologische Grundlagen:	
Anatomie	30 UE
Histologie	10 UE
Physiologie	30 UE
Grundlagen der Ersten Hilfe	5 UE
Grundlagen der Hygiene	5 UE
(insges, 80 UE, davon 50 UE Unterricht und 30 UE Heimstudium)	
Einführung in die Klassische Massage und Massagetechniken (und 5 UE-Heimstudium)	6 UE
Allgemeine Einführung in die Trainingslehre	4 UE
Organisation des Sports in Österreich und Gesetzl. Grundlagen der Massage, VÖSM-ÖGS	5 UE
Insgesamt	100 UE

Schwerpunkt der Ausbildung ist Theorie und wird mit der Abschlussprüfung (mündlich und oder schriftlich) abgeschlossen.

Kurskosten für Modul A:
€ 400,– für Mitglieder, € 450,– für Nichtmitglieder

Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen
Kursort: Sportzentrum Skarics 2483 Ebreichsdorf
Termine: **24. – 26. Februar 2006 1. Teil**
10. – 12. März 2006 2. Teil
Zeitplan: Freitag von 18.00 – 22.00 Uhr
alle anderen Tage jeweils
von 08.00 – 22.00 Uhr

Diese Absolventen sind bei positivem Abschluss berechtigt, in das Modul B einzusteigen.

MODUL B (2 Termine zur Wahl)

Zulassung nur für Modul B:
1) BAFL-Trainer, Sportlehrer, Lehrwarte
2) Absolventen eines Sportstudiums; Sportstudenten in Ausbildung nach Absprache mit dem Vorstand der VÖSM
3) Wellness- und Gesundheitstrainer mit abgeschlossener Ausbildung
4) Und ähnliche gesundheitsbezogene Ausbildungen nach Absprache mit dem Vorstand der VÖSM
5) Absolventen des Moduls A

Unterrichtsfächer:

Theorie:

Biologische Grundlagen:			
Anatomie	25 UE	und	50 UE-Heimstudium
Histologie	10 UE	und	10 UE-Heimstudium
Physiologie	25 UE	und	30 UE-Heimstudium
Allg. Pathologie	10 UE	und	15 UE-Heimstudium
Hygiene	10 UE	und	5 UE-Heimstudium
Erste Hilfe und Unfallverhütung	20 UE		
Recht	10 UE		
Pathologie	20 UE	und	20 UE-Heimstudium
Insgesamt	130 UE	und	130 UE-Heimstudium

Praxis:
Klassische Massage 100 UE

Insgesamt Theorie und Praxis: 230 UE und 130 UE-Heimstudium

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 Modul B:
€ 1.400,– f. Mitglieder, € 1.490,– f. Nichtmitglieder
(auch in Ratenzahlungen nach Vereinbarung möglich)
(bei Gruppenanmeldungen ab 8 Personen ist eine Kursermäßigung möglich)

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf

Zur Wahl: **1. Termin:**
24. – 28. Mai, 14. – 18. Juni und
11. – 20. August 2006
2. Termin:
7. – 16. Juli und
25. August – 3. September 2006

Kurszeiten: Jeweils Donnerstag oder
Freitag von 18.00 – 21.30 Uhr
alle anderen Tage jeweils
von 08.00 – 20.30 Uhr
Letzter Tag von 08.00 – 15.00 Uhr

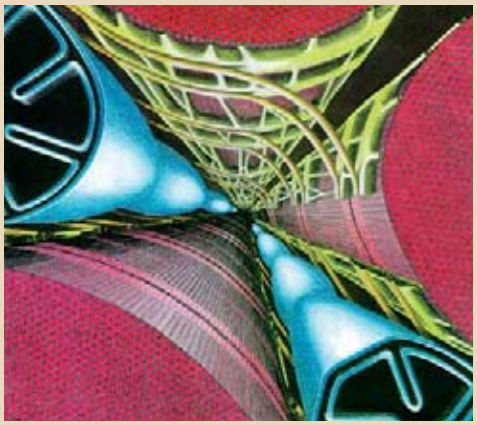
Nähere Informationen bei der VÖSM-ÖGS:
Telefon u. Fax 02236/865875
Internet: *www.sportphysiotherapie-sportmassage.at,*
E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Kampf dem Krampf

Neue Forschungsergebnisse. Magnesium in Muskelzellen.

Magnesium ist ein wichtiger, aber oft unbeachteter Mineralstoff des menschlichen Körpers. Er muss ständig mit der Nahrung zugeführt werden. Vollkornprodukte, Kakao, Nüsse und Gemüse mit hohem Anteil an Blattgrün sind reich an Magnesium. Insbesondere bei übermäßigem Alkoholkonsum und einseitiger Ernährung läuft unser Körper Gefahr, an Magnesium zu verarmen. Außerdem haben Stress und körperliche Höchstleistungen einen erhöhten Magnesiumbedarf zur Folge. Magnesiummangel tritt häufiger auf als weithin angenommen. Er kann zu Überreizung des Nervensystems, Migräneanfällen, Menstruationsbeschwerden, Wadenkrämpfen und Herzrhythmusstörungen führen. Somit ist Magnesium selbstverständlich auch in Zusammenhang mit Sport von zentraler Bedeutung.

Obwohl so viele positive Effekte des Magnesiums bekannt sind, kennt die Wissenschaft die Mechanismen seiner Wirkung noch nicht in allen Details. An der Universität Salzburg erzielte meine Arbeitsgruppe hierzu neue Forschungsergebnisse. In einem vom österr. Forschungsfonds (FWF) geförderten Projekt untersuchten wir die Wirkung von Magnesium auf die Muskelzellen des Herzens und des Bewegungsapparates. Die Untersuchungen erfolgten an selbst entwickelten Geräten, die es erlauben, die Kraft und Bewegung von einzelnen isolierten Muskelzellen zu messen. Es gelang uns zu zeigen, dass physiologisch relevante Magnesium-Konzentrationen die verkürzungsfähigen Eiweißstränge (Myofibrillen) im Innern der Muskelzellen beeinflussen. Diese Eiweißstränge sind die molekularen Kraftmaschinen; sie bestehen hauptsächlich aus den Eiweißen Aktin und Myosin. Ein Anstieg der Magnesiumkonzentration verlangsamt ihre Kraftreaktionen. Magnesium wirkt also gewissermaßen als Bremse. Interessanterweise reagieren Muskelzellen des Herzvorhofs empfindlicher auf Magnesium als Muskelzellen der Hauptkammer. Ebenso ist die Empfindlichkeit gegenüber Magnesium in verschiedenen Typen von Muskelzellen des Bewegungsapparates unterschiedlich. Langsame Muskelfasern sind empfindlicher als schnelle.



Tauchfahrt in eine Muskelzelle. Magnesium bremst die verkürzungsfähigen Eiweißstränge (Myofibrillen, rot); das sind die molekularen Kraftmaschinen, die den Muskelzellen ihre Fähigkeit zur Erzeugung von Kraft und Bewegung verleihen. Außerdem beeinflusst Magnesium auch Vorgänge beim Starten der Kraftmaschinen wie das blitzartige Herausschießen von Kalzium aus den umliegenden Speichern (Sarkoplasmatisches Retikulum, gelb). Schließlich wird der in den Zellkraftwerken (Mitochondrien, blau) erzeugte Treibstoff Adenosintriphosphat (ATP) für die Muskelarbeit erst durch die Anbindung von Magnesium aktiv.

Die Bremsung der molekularen Kraftmaschinen kann als mögliche Ursache für die lindernde Wirkung von Magnesium auf Muskelkrämpfe angesehen werden. Jedoch auch andere Magnesium-abhängige Vorgänge innerhalb und außerhalb der Muskelzellen kommen als weitere Ursachen in Frage. Die verkürzungsfähigen Eiweißstränge sind von einem Netzwerk aus Säcken und Zisternen (Sarkoplasmatisches Retikulum) umgeben, die den Mineralstoff Kalzium enthalten. Wird eine Muskelzelle erregt, so schießt Kalzium aus diesen Speichern heraus, prescht in die Eiweißstränge und besetzt dort augenblicklich die an den Aktin-Molekülfäden sitzenden Schaltermoleküle (Troponin). Dieser Schaltvorgang führt dazu, dass die Greifarme des Myosins in kraftvollen Ruderschlägen an den Aktin-Molekülfäden ziehen.

Die molekularen Ereignisse werden nach außen hin als Kraft und Bewegung des Muskels sichtbar. Der durch Kalzium ausgelöste Startvorgang der Kraftmaschinen wird durch Magnesium beeinflusst, wobei Überreaktionen verhindert werden. Die Erregung von Muskelzellen erfolgt über elektrische Impulse der Nerven. Diese Impulse rasen mit bis zu 400 km/h vom Zentralnervensystem zu den Muskelzellen. An den Kontaktstellen zwischen Nerven- und Muskelzellen (Synapsen) jagt ein chemischer Botenstoff (Acetylcholin) in wenigen millionstel Sekunden von einer Seite zur anderen und erregt schließlich die Muskelzelle. Der rasante Erregungsvorgang der Muskelfasern durch die Nervenzellen wird auch von Magnesium beeinflusst. Normalkonzentrationen von Magnesium sorgen dafür, dass die Erregung weder ausufert noch ausbleibt.

Gegenwärtig ist die Wissenschaft noch nicht in der Lage zu entscheiden, in welchem Ausmaß die genannten Mechanismen zur krampflösenden Wirkung von Magnesium bei den verschiedenen Krankheitsbildern beitragen. Hierzu müsste man die zeitliche Variabilität der Magnesiumkonzentration innerhalb und außerhalb der Zellen kennen. Aufgrund

methodischer Schwierigkeiten ist es allerdings kaum möglich, die maßgebliche Messgröße, nämlich die Konzentration der freien (nicht an Moleküle gebundenen) Magnesium-Ionen, vor allem innerhalb der Zellen zu bestimmen. Solche Messungen gelangen bisher nur an ruhenden Zellen. Magnesium-Messungen während der Kraftentwicklung und im Verlauf einzelner Zuckungen wären wünschenswert.

Das könnte in Zukunft vielleicht einmal gelingen, da die Technik bei der Entwicklung eines geeigneten Magnesium-Messsystems zumindest im Prinzip die Natur als Vorbild nehmen kann. Der Organismus selbst ist in der Lage, Magnesium von anderen Ionen zu unterscheiden: Manche Biomoleküle binden sich nämlich ganz spezifisch an Magnesium. Mit Hilfe solcher Moleküle könnte es gelingen, ein spezifisches Magnesium-Messsystem zu bauen, das in der Zellforschung eingesetzt werden kann.

Vor allem der Mineralstoff Kalzium, der dem Magnesium sehr ähnlich ist und viele lebensnotwendige Zellvorgänge steuert, behindert die Magnesium-Messungen. Die strukturelle Ähnlichkeit zwischen Magnesium und Kalzium ist vermutlich auch der Grund für die so vielfältige Wirkung von Magnesium in unserem Körper. Überall dort, wo Kalzium Zellfunktionen regelt, scheint Magnesium korrigierend eingreifen zu können. Darüber hinaus ist schon seit Jahrzehnten bekannt, dass der Treibstoff der Zellen (Adenosintriphosphat, ATP) erst durch die Anbindung von Magnesium aktiv wird. Tausende von zellulären Vorgängen, die Energie benötigen, sind daher auf Magnesium angewiesen.

Ao. Univ. Prof. Dr. Galler

Zur Person:

Ao. Univ. Prof. Dr. Stefan Galler ist Leiter einer muskelphysiologischen Arbeitsgruppe im Fachbereich Zellbiologie der Universität Salzburg. In der Forschung beschäftigt er sich mit zellulären und molekularen Aspekten der Muskelkontraktion und dem zellulären Ionenhaushalt. Sein Unterricht betrifft die Fächer Muskelbiologie und Physiologie.

Aufgrund der großen Schwierigkeiten bei der Messung der freien Magnesium-Ionen steckt die Magnesiumforschung auf zellulärer Ebene erst in den Anfängen. Ein tieferes Verständnis der Rolle von Magnesium im Innern der Zellen wird sicherlich entscheidend zur Zellforschung und damit auch zur Weiterentwicklung der Sportphysiologie beitragen.

Über Wirkungen und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformationen, Arzt oder Apotheker.

FLECTOR® EP

– das Schmerzpflaster

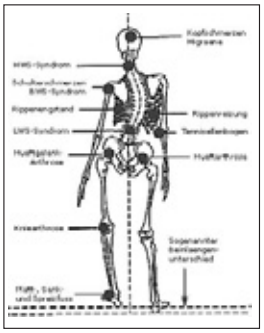
bei Sportverletzungen, Muskelschmerz und Verspannung

Flector® EP Pflaster ist in den Packungsgrössen zu **2, 5** und **10 Stück** in den Apotheken **rezeptfrei** erhältlich.

Sanova
Gesundheit bewegt

www.flector.at

Jetzt auch in Österreich



Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® nach Rolf Ott. Erste Kurs-Reihe startet im Spätherbst.

Diese Fortbildung, die eine sehr gute Ergänzung des täglichen Praxisablaufes ist, wurde vor 25 Jahren von Rolf Ott in der Schweiz entwickelt.

Rolf Ott, von Hause aus gelernter Masseur, der mehrere Jahre am Akademiker Sportverband in Zürich tätig war, Schüler von Penzel und Horn sowie überzeugt von Nogier, entwickelte über seine jahrelange Erfahrung die Therapieart Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®.

Ein in der Schweiz schon anerkanntes Verfahren, das nun auch in Österreich erlernt werden kann.

Bei den Grundkursen wird, um einen gezielten Aufbau zu erreichen, nach folgenden Techniken gelehrt:

Rolf Ott: Techniken zur Mobilisierung des Beckens

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

Meridiantherapie, die anhand der Ohrdiagnostik, der Anamnese und beim Schwingen auf dem Kissen festgestellt werden. Hierbei wird der energetische Ausgleich angestrebt, durch Akkupunkt-Massage nach Rolf Ott. Es werden die einzelnen Meridiane mit einem Behandlungsstab gezogen, um körperliche, organische, neurologische und energetische Störungen auszugleichen.

Ohrreflexzonen, ist Diagnostik und Therapie. Eine diagnostische Stütze, um im späteren Behandlungsverlauf eine Orientierung parallel zur Anamnese zu haben. Um seinen Erfolg der Behandlung verfolgen zu können, wird die Ohrreflexdiagnostik vor und nach jeder Behandlung durchgeführt.

In den Grundkursen wird der gezielte Umgang der Therapiearten in Kombination gelehrt, so dass der Therapeut schon nach dem ersten Kurs am Patient tätig werden kann und sein Wissen und Können von Kurs 1 bis 3 so erweitern wird, dass er nach Abschluss der Grundkurse selbstständig an Patienten therapieren kann.

Während der Ausbildung werden Indikationen, Kontraindikationen und Kombinationen mit anderen Therapiearten besprochen.

Ein arbeiten als WBA-Therapeut ist eine interessante Aufgabe, die gewisse Grundkenntnisse erfordert und in den Kursen durch erfahrene WBA-Therapeuten vermittelt wird.

Wir würden uns freuen auch Sie in einem unserer Wirbelsäulen-Basis-Ausgleichs-Therapie-Kursen begrüßen zu dürfen.

Fortbildungsseminar
Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich®
nach Rolf Ott

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

Block I:
Termin: 04. – 06. November 2005
Block II:
Termin: 16. – 18. Dezember 2005
Block III:
Termin: 27. – 29. Jänner 2006
Für alle Kurse gilt:
Kurszeiten von 8.15 Uhr bis 18.00 Uhr
Kurskosten pro Kurs: € 340,–, daher insgesamt € 1.020,– zusätzlich Materialkosten für Schwingkissen, Therapiestift und ausführliche Skripten € 250,–
Referent: Rolf Ott/Ch
Kursort: Parkhotel Baden, A-2500 Baden bei Wien, Kaiser Franz Ring 5, Tel. 043/2252 44386, *www.parkhotel-baden.com*
Anmeldungen: ab sofort bei der ÖGS-VÖSM, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

„Voll erwischt“

Ironman Klagenfurt 2005. Erlebnisbericht von PT Andreas Semmelweiß als Mitglied des medizinischen Betreuerteams.

Die Distanzen: 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,195 km Laufen. Das wird von den „Ironman-Männern und -Frauen“ verlangt. Wohlgemerkt: An einem Tag, direkt nacheinander und ohne Pause. Die Leistungen der Athleten sind großartig und gehen bis an deren Leistungsgrenzen, manchmal sogar darüber hinaus.

Umso wichtiger ist die medizinische Gesamtversorgung der Athleten bei dieser internationalen Großveranstaltung. Schon Tage vor dem Wettkampf, also am Sonntag, 03. Juli 2005, beginnt die Arbeit der Ärzte, Physiotherapeuten und Masseure: Massagen und die Versorgungen kleinerer Verletzungen oder Probleme sind angesagt. Am Wettkampftag selbst stehen dann ab ca. Mittag neben den Rettungsdiensten eine große Anzahl von Ärzten sowie ein Massageteam mit 30 Personen bereit. Der Start erfolgt um 07.00 Uhr, die schnellsten bewältigen die drei Bewerbe in 8 bis 9 Stunden, weshalb die Arbeit des Massageteams ab ca. 14 – 15 Uhr beginnt. Dann wird massiert, bis der letzte Athlet innerhalb des vorgegebenen Zeitrahmens bis 24 Uhr ins Ziel kommt.

Großes Finale: Kate Allen beim Marathon

Somit werden in ca. neun Stunden annähernd alle „Finisher“ massiert, bei 2.000 Startern und ca. 1.700, die ins Ziel kommen – eine Arbeitsleistung, die auch das Massageteam in höchstem Maße fordert. Am Tag nach dem Wettkampf stehen einige der Masseure schon wieder bereit, um die Nachbetreuung der Athleten zu übernehmen.

Ich war dieses Jahr das erste Mal im offiziellen Betreuerteam des Ironman Klagenfurt. Mein Einsatz war am Samstag und Sonntag. Trotz der körperlichen Herausforderung, war die Mitarbeit ein großartiges Erlebnis. Die Nervosität der Athleten vor dem Wettkampf und die Euphorie der „Finisher“ mit zu erleben ist ein kaum zu beschreibendes Erlebnis. Die Atmosphäre im Massagezelt direkt neben der Ziellinie wird stark von den Emotionen der Athleten und den Zuschauermassen beeinflusst und hat auch mich und meine Kollegen „voll erwischt“.

Die Gesamtorganisation des Massageteams oblag Dagmar Fritzl, Dipl. Sport- u. Heilmasseurin. Sie hatte stets die Übersicht über die Geschehnisse beim Wettkampf und im Massagebereich. Für alle, die Interesse an einer Mitarbeit im offiziellen Betreuerteam des Ironman Klagenfurt 2006 haben, bitte direkt an Dagmar Fritzl wenden: *massage@ironmanaustria.com*.

Ich war beeindruckt von der Organisation dieses Events und gratuliere den Veranstaltern. Der Ironman Klagenfurt (*www.ironmanaustria.at)* ist eine internationale Großveranstaltung mit unglaublichen Leistungen der Athleten, großem Einsatz des Organisationsteams, tollem Rahmenprogramm („Ironman – City“) und begeisterten Zuschauern.

Erste Ironman-Disziplin: 3,8 km Schwimmen „zum Aufwärmen“

Ironman-Disziplin Nr. 2: Bescheidene 180 Kilometer Radfahren

Seminar
MFT Sporttherapie

Die Anwendung der MFT Trainings- und Therapiegeräte im Sporttherapiebereich ermöglicht es Therapeuten, ein achsengerechtes Aufbautraining mit ihren Patienten durchzuführen. Der Nutzen der modularen Bauweise der MFT Geräte liegt in den individuellen Anpassungsmöglichkeiten an die Therapieerfordernisse. Ausbildungslehrgänge für das BSI-Training in der Therapie vermitteln den Teilnehmern in kurzer Zeit die unterschiedlichsten Anwendungsmöglichkeiten der MFT Produktpalette von BSI-Test bis hin zu den MFT Trainings- und Therapiegeräten. Bei allem steht aber die effiziente Kompetenzvermittlung in Theorie und Praxis im Vordergrund.

MFT Trainings- und Therapiegräte: Modulare Bauweise

Kursinhalte:

Teil 1 – BSI-Testleiter/Therapie und Rehabilitation
• Aufbau des Body Stability Index Tests • Vergleich von ein- u. mehrdimensionalen Messinstrumenten • Prakt. Durchführung der Messungen • Verwaltung der Messdaten • Interpretation der Ergebnisse • Möglichkeiten der softwaregestützten Therapiebegleitung • Beispiele für Therapieempfehlungen unter Einbindung von MFT Trainings- u. Therapiegeräten

Teil 2 – BSI-Sporttherapie
• Ziele und Wirkungen der achsengerechten Bewegungsschulung auf instabilen Unterlagen • Individuelle Anpassung der Trainingsintensität und –wirkung durch den modularen Aufbau des MFT-Trainingssystems • Grundübungen mit der MFT Multifunktion Disc • Mobilisation und Stabilisation von Sprung-, Knie- und Hüftgelenk • Wirbelsäulenmobilisation und Rumpfkräftigung • Ergänzender Einsatz von Zusatzgeräten (Therapiebänder, Tubes, Kurzhantel, etc.) • Anleitung zum Erstellen individueller Therapieprogramme mit Hilfe der MFT-Übungssammlung

Teil 3 – BSI-Gruppentraining Präventive Rückenschule
• Funktionelle Anatomie des Rumpfes • Ziele u. Wirkungen der achsengerechten Bewegungsschulung auf instabilen Unterlagen • Methodischer Aufbau von der stabilen über die instabile zur labilen Unterlage • Grundübungen mit dem MFT Back Fit Board - Mobilisation und Stabilisation von Sprung-, Knie- und Hüftgelenk, Wirbelsäulenmobilisation und Rumpfkräftigung • Einsatz von Zusatzgeräten, Musik und Übungsansage • Anleitung zum Erstellen individueller Stundenbilder mit Hilfe der MFT-Übungssammlung • Masterclass „Rückenfit“

Termine: 1. Teil: 22. April 2006
2. Teil: 23. April 2006
3. Teil: 13. Mai 2006

Kursort für alle 3 Seminare: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36

Referent: Mag. Dorothea Gruber

Kurskosten: Seminar 1 und 2 zusammen € 250,– für Mitglieder, € 290,– für Nichtmitglieder, Seminar 3 € 130,– für Mitglieder, € 170,– für Nichtmitglieder

Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Anmeldungen gelten nur nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM-ÖGS (s. unten)

Grundentgelt (Pro SIM und Monat)	A1 MEMBER START € (inkl. USt.)	A1 MEMBER BUSINESS € (inkl. USt.)
Statt	10,-	29,00
Exklusiv für Mitarbeiter*	**5,00**	**14,50**
Zusätzliches Grundentgelt OPTION 0 CENT	4,80	4,80
Zusätzliches Grundentgelt FRIENDS	5,00	5,00

Verbindungsentgelte (österreichweit pro Minute)		
A1 - A1	**0,10**	**0,07**
mit OPTION 0 CENT intern	**0,00**	**0,00**
A1 - FRIENDS in alle Netze**	**0,01**	**0,01**
A1 - A1 MOBILBOX	**0,20**	**0,07**
A1 - andere Mobilfunknetze Geschäftszeit***	**0,40**	**0,25**
A1 - andere Mobilfunknetze Freizeit***	**0,25**	
A1 - Festnetz Geschäftszeit***	**0,40**	**0,07**
A1 - Festnetz Freizeit***	**0,20**	
SMS (pro Nachricht)	**0,25**	**0,14**

* Mit OPTION -50% GRUNDENTGELT
** Mit der OPTION FRIENDS zu 3 Freunden. Österreichweit bis 1.000/Monat.
*** Geschäftszeit: Mo-Fr 6-20h | Freizeit: Mo-Fr 20-6 Uhr, Sa, So, Feiertag
A1 MEMBER
-50% Grundentgelt- Monat für Monat!

– 50%
Grundentgelt

Für nähere Information wenden Sie sich bitte an Hr. Martin Grill unter 0664/2828266 bzw. *martin@topathleten.com*

Seminar
Triggerpunkt-Massage
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 Therapieresistenten Beschwerden (zum Beispiel chronische Lumbalgie) erweist sie sich als eine sehr erfolgreiche Behandlungsmethode.

Termin: 18. – 19. März 2006

Kurszeiten: Samstag, 18. März von 9.00 – 18.00 Uhr
Sonntag, 19. März von 9.00 – 14.00 Uhr

Ort: Hotel Herzoghof in 2500 Baden b.Wien, Kaiser Franz Ring 10

Referentin: Sabine Gieber, Physiotherapeutin, Sportphysiotherapeutin

Kurskosten: Für Mitglieder € 220,–, für Nichtmitglieder € 250,-

Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Anmeldung gilt nur nach Einzahlung des Kursbeitrages bis spätestens 17. Feber 2006 auf das Konto der VÖSM-ÖGS bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141

Subcutane Reflex Therapie

(vormals Bindegewebsmassage)

Was ist das? Eine neue Methode?

Nein! Bei der Subcutanen Reflex Therapie handelt es sich um eine konsequente Weiterentwicklung der Bindegewebsmassage. Der signifikante Unterschied besteht darin, dass vor jeder Behandlung eine Befunderhebung steht und der subcutane Befund anschließend ganz gezielt bearbeitet wird. Zum subcutanen Befund zählen Turgorveränderungen (Spannungsveränderungen), Narben, Adhäsionen (Verklebungen) und Sensibilitätsstörungen (Missempfindungen). Es handelt sich also um Befunde, die sich mit anderen Methoden als äußerst therapieresistent darstellen. Es sind aber auch Befunde, die wir in der Therapie regelmäßig feststellen. Hervorgehoben muss werden, dass sich die Subcutane Reflex Therapie sehr gut mit den üblichen Methoden der Physikal. Therapie kombinieren lässt.

Teil I – Voraussetzung: Keine
Grundkurs Umfang 5 Tage = 44 Unterrichtseinheiten.
Inhalte: Anatomie und Physiologie des subcutanen Bindegewebes, Spaltlinien, Befunderhebung, Grundtechniken, Narbenentstörung, Behebung von Sensibilitätsstörungen, Standardgriffe
Termin: 7.-11. Dezember 2005
Kurszeiten: jeweils von 08.00 – 17.00 Uhr
Ort: Hotel Herzoghof, 2500 Baden b. Wien, Kaiser Franz Ring 10
Quartier: Hotel Herzoghof oder preislich günstigere Quartiere in Baden Umgebung, beides auf Anfrage!
Kurskosten: Bei nur 8 Teilnehmern € 500,– für Mitglieder € 550,–, für Nichtmitglieder. Ab 10 Teilnehmer € 400,– für Mitglieder. € 450,-- für Nichtmitglieder
Referent: Hermann Häfelin/Graz
Anmeldungen: Ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Bei Anmeldung ist ein à-Cto-Betrag in der Höhe von € 100,– erforderlich. Zu überweisen auf das Kto. der VÖSM-ÖGS bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141

Termine und Preise für Teil II – IV im nächsten Heft!
Teil II – Vorauss.: Teilnahme an einem Grundkurs
Aufbaukurs Umfang 5 Tage = 35 Unterrichtseinheiten.
Inhalte: Subcutane Störungen, Ausgewählte Krankheitsbilder, Komplette Techniken, Lösung von Adhäsionen, Kombinationstherapie – Abschlussprüfung
Teil III – Vorauss.: Teilnahme an einem Aufbaukurs
Refresher Umfang 1 Tag = 9 Unterrichtseinheiten.
Inhalte: Überprüfung u. evtl. Korrektur der Teilnehmer
Teil IV – Vorauss.: Abschlussprüfung, prakt. Erfahrung
Workshop Umfang 2 Tage = 17 Unterrichtseinheiten.
Inhalte: Demonstration von Fallbeispielen, Erläuterungen und Begründungen der einzelnen Vorgehensweisen

Applied Kinesiology (AK)

nach George Goodheart

Manueller Extremitäten Kurs (M-3)
Applied Kinesiology an peripheren Gelenken

In diesem Kurs wird das TL(Berühren)- und Challengeprinzip (Probebehandlung) an den peripheren Gelenken umgesetzt. Ausgehend vom schwachen und auch meist posttraumatisch schmerzhaften Muskel werden die physiologisch-, anatomischen Zusammenhänge der beteiligten Strukturen und damit die Ursachen diagnostiziert und behandelt.
Orthopäden, Allgemeinärzte mit manuellem Schwerpunkt, Neurologen und besonders Physiotherapeuten ziehen aus diesem Kurs den größten Nutzen.

Termin: 20. – 21. Jänner 2006 (insgesamt 16 Std.)
Kurszeiten: Freitag, 09.00 – 18.30 Uhr
Samstag, 09.00 – 14.30 Uhr
Kurskosten: € 250,– für Mitglieder,
€ 280,– für Nichtmitglieder
Ort: Hotel Herzoghof, 2500 Baden b. Wien, Kaiser Franz Ring 10
Referent: Dr. Ivan Ramsak, Arzt f. Allgemeinmedizin, Diplome: Applied Kinesiology, Manuelle Medizin, Neuraltherapie, Sportmedizin, Diplomate I.C.A.K.
Anmeldungen: Ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Tel. und Fax 02236/865875, E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Fortbildung

Auffrischungskurs in Manuelle Lymphdrainage

für Absolventen der ML-Ausbildung

Inhalt: Das Griffkonzept der Manuellen Lymphdrainage innerhalb der Oedem-Therapie (Grundgriffe, Sondergriffe und Oedemgriffe)

Termin: 21. – 22. Jänner 2006
Kurszeiten: Samstag, 9.00 – 18.00 Uhr,
Sonntag, 9.00 – 13.00 Uhr
Dauer: 15 UE
Referent: Günther Bringezu – Leitender Fachlehrer für ML nach Dr. Vodder
Kurskosten: für Mitgl. € 150,–, für Nichtmitgl. € 150,–
Ort: Sportzentrum Skarics, 2383 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36
Quartier: Im Sportzentrum Skarics, Tel. 02254/75141, bei Bedarf bitte gleich selbst reservieren!
Wir ersuchen Sie, die Kursgebühr zusammen mit Ihrer Kursanmeldung auf das Konto der VÖSM-ÖGS bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141 einzuzahlen
Anmeldungen bis spätestens 1. Dezember 2005

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.
Wer seine tägliche Arbeit verbessern, intensivieren und somit bereichern möchte, findet mit dem Medical Taping Concept eine wertvolle Therapieergänzung.
Die Kinesio Tape Methode oder das MTC ist/sind mit dem bekannten Tapeing 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
- Anlagemöglichkeiten bei Krankheitsbildern der:
- Orthopädie/ Traumatologie/ Chirurgie/ Sportphysiotherapie…
- Neurologische Krankheitsbilder
- Anwendungsmöglichkeiten im Sport
- Zahnheilkunde
- Lymphtape Möglichkeiten (komplett)
- Cross Tape Möglichkeiten
- Kombinationsmöglichkeiten
- EMG Einsatz
- Fallbeispiele

(Bitte eine Schere mitbringen.)

Termin: 31. März – 2. April 2006

Kurszeiten: Beginn immer am Fr. 10 oder 13 Uhr bis 19 Uhr, Sa 9-17/18 Uhr und So ab 9 Uhr bis 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/22UE)
Material und Skript (in Farbe) pro Teilnehmer € 68,– wird vom Referenten mitgebracht und muss direkt beim ihm bezahlt werden.

Kursort: Kommunikationszentrum BFF,
2522 Oberwaltersdorf, Lichtäckerstraße 22

Anmeldung gilt nur mit Einzahlung der Kursgebühr auf das Konto der VÖSM-ÖGS bis spätestens 1. März 2006 bei der PSK, BLZ 60000 Kto.Nr. 92094141.

Fortbildungskurs
Atmung
Palpation – Befundung – Behandlung – Übung
mit Werner Degen/Graz

Die Natur hat uns mit der Atmung ein wunderbares Geschenk gegeben. Sie ist die einzige Stoffwechselfunktion, welche wir willkürlich steuern können und die permanent autonom arbeitet. Der Atem wird ausgelöst durch das Bedürfnis des Körpers nach Sauerstoff. Unsere Atmung reagiert (!!!) auf unsere Haltung, unsere Gefühle und unsere Gedanken. Selbst unsere Stimme ist Ausdruck unserer Atmung. In der heutigen Zeit treten vermehrt Einschränkungen im Bereich der Atmung auf (Allergien, Asthma, Kurzatmigkeit, Thoraxsteifigkeit, Stimmbelastungen, usw.). Viele Menschen haben das Gefühl „schlecht“ zu atmen.
Ziel des Kurses ist es, die eigene Wahrnehmung zu sensibilisieren, die Wirkung von Behandlungsprinzipien am Thorax aufzuzeigen und ihren Einfluss auf die Atmung zu erfahren.
Behandlungsprinzipien: Balance, Führen, Rhythmus

Kursinhalt:
- Physiologische Grundlagen
- Atemmechanik und Atembewegung
- Wahrnehmung der eigenen und fremden Atmung
- Techniken für die oberen Atemwege und Thorax
- Erlernen einfacher Atemübungen

Voraussetzung:
- Anatomiekenntnisse
- Die Bereitschaft sich auf etwas Neues einzulassen.

Termin: 2. – 4. Dezember 2005

Kursdauer: 20 Stunden (inkl. Pausen)

Kurszeiten: Fr. 18.00 – 22.00;
Sa. 8.00 – 12.00, 13.30 – 1730;
So. 8.00 – 12.00, 13.30 – 17.30 Uhr

Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36

Quartier: Im Hause Skarics möglich, bei Bedarf bitte gleich selbst reservieren, Tel. 02254/75 141

Kursgebühr: € 250,– für Mitglieder,
€ 290,– für Nichtmitglieder (inkl. Skripten)

Kursleiter: Werner Degen/Graz

Anmeldungen: ab sofort an VÖSM-ÖGS,
per Tel. oder Fax 02236/865875 oder E-Mail:
office@sportphysiotherapie-sportmassage.at
Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kursbeitrages bis 31. Oktober 2005 auf das Konto der VÖSM-ÖGS, PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141.

Elektrotherapie

Aufschulung. Spezialqualifikation – „Elektrotherapie" für staatl. gepr. Heilmasseure und Heilbademeister im Dezember 2005.

In diesem 48-stündigen Aufschulungsseminar können sich alle jene, die eine staatl. Heilmasseur/Heilbademeisterausbildung nach dem alten Gesetz absolviert haben, Kenntnisse der einfachen Elektrotherapie aneignen und sind berechtigt, bei der Österreichischen Ärztekammer im Bereich der Spezialqualifikation „Elektrotherapie" zu einer kommissionellen Prüfung anzutreten und erlangen somit die Berufsqualifikation.

Diese gesetzliche Sonderregelung gilt nur bis Ende 2006! Ab 2007 gibt es nur noch die Ausbildung im Ausmaß von 140 Stunden, alles mit kommissioneller Abschlussprüfung.

Wir empfehlen, diese zeit- u. kostengünstige Option zu wahren, um am Arbeitsmarkt konkurrenzfähig zu bleiben.

Die Inhalte entsprechen dem Lehr- und Lernzielkatalog der Österreichischen Ärztekammer von der Österreichischen Gesellschaft für Physikalische Medizin und Rehabilitation:

- Physikalische Grundlagen
- Galvanisation-Zellbäder
- Niederfrequente Impulsströme
- Mittelfrequente Ströme
- Hochfrequenz
- Magnetfeldtherapie
- Licht und Strahlung
- Gerätelehre.

Umsetzung des allgemeinen Basiswissens auf die therapeutische Praxis, Indikation und Kontraindikation, Demonstration der Anwendungsarten.

Praxis: Demonstration der häufigsten Anwendnungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung der Anatomie, Pathologie, Pathophysiologie.

Kursleitung: Prim. Univ. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, Dr. Lukas Trimmel

Termin: 8. – 11. Dezember 2005

Ort: Ordination Dr. Hofmann, Görgengasse 19, 1190 Wien

Kurskosten: € 300,– (exkl. € 35,– Prüfungsgebühr) für Mitglieder, € 350,– (exkl. € 35,– Prüfungsgebühr) für Nichtmitglieder

VÖSM-ÖGS gilt als Erwachsenenbildungseinrichtung, somit sind Fortbildungen unter Beachtung der geltenden gesetzl. Bestimmungen förderungswürdig. Anfragen im Sekretariat.

Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875,
e-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at
Anmeldungen gelten nur mit Einzahlung der Kurskosten auf das Konto der VÖSM-ÖGS bei der PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141

Fortbildungskurs
Manuelle Lymphdrainage

nach Dr. Vodder

Komplexe physikalische Entstauungstherapie (ML/KPE)
Teil I – Basiskurs, Teil II – Therapiekurs

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

Termin: 1. Kurs – Basiskurs • 13. – 21. Jänner 2006
2. Kurs – Therapiekurs • 10. – 18. Febr. 2006
mit Arztunterricht und Prüfung
insgesamt 180 Unterrichtseinheiten

Kurszeiten: Täglich von 8.00 – 18.00 Uhr

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

Arzt: Dr. med. Jürgen Borschke

Kurskosten: für Mitglieder € 960,–,
für Nichtmitglieder € 1.030,–
Preise inkl. Übungssets „Kompressionstherapie"

Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36

Quartiermöglichkeit: Direkt im Sportzentrum Skarics Ebreichsdorf! Bei Bedarf bitte gleich direkt bei Skarics anmelden unter der Tel.-Nr. 02254/75141

Anmeldung gilt nur mit Einzahlung der Kursgebühr auf das Konto der VÖSM-ÖGS bei der PSK BLZ 60000 Kto.Nr. 92094141

CranioSacral Therapy®

www.upledger.at

CranioSacral Therapy® I Einführungskurse
» Linz .....09.01. – 14.01.2006
» Wien.....27.02. – 04.03.2006
» Innsbruck.....20.03. – 25.03.2006
» Graz.....15.05. – 20.05.2006

Osteopathische Techniken
» Wien [strain-counterstrain].....28.11. – 03.12.2005
» Linz [muscle energy].....22.02. – 26.02.2006
» Linz [spinale Mobilisation].....17.09. – 21.09.2006

Funktionsstörungen im Kauorgan
» Graz.....02.11. – 06.11.2005

Ihr Ansprechpartner: Frau Christine Dillinger

UPLEDGER INSTITUT ÖSTERREICH

Katzianergasse 2
8010 Graz
Tel. 0316/76 09 61
Fax: 0316/84 00 503
e-Mail: office@upledger.at

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: 12. – 13. November 2005
Kurszeiten: 9.00 – 18.00 Uhr
Kursort: Parkhotel Baden, 2500 Baden b. Wien, Kaiser Franz-Ring 5
Referent: Rolf Ott/CH
Kurskosten: € 490,– inkl. Original Schwingkissen von Natur-Medizin-Technik®
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Seminar
Laseranwendung im Sport

mit Ausbildung zum Laserschutzbeauftragten

Thema: Anwendungsmöglichkeiten des Softlasers in der Sportphysiotherapie und Sportmassage mit inkludierter Ausbildung zum Laserschutz-Beauftragten bis zur Laserklasse 3B
Inhalte:
- physikalische Grundlagen des medizinischen Lasers
- Bestrahlungsformen
- Bestrahlungszeitberechnung
- Medizinische Grundlagen und Wirkungsweisen des Lasers
- Indikationen
- Gerätetechnologie
- Lasersicherheitsausbildung und Arbeitsplatzevaluierung

Termin: Feber oder März 2006
Zeit: 9.00 – 17.00 Uhr
Ort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Referenten: Medizinische Einsatzmöglichkeiten:
Dr. Margit Fuchsberger-Klink,
Facharzt für Physikalische Medizin
Lasergrundlagen: **Hermann Heltschl**
Lasersicherheit: **Ing. Andreas Heltschl**
Seminarkosten: Für Mitglieder der VÖSM-ÖGS € 190,–, ansonsten € 240,–
Anmeldungen gelten nur mit Einzahlung der Seminarkosten auf das Konto der VÖSM-ÖGS bei der PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141

Fortbildungsseminar
Lichtmeditation Energetische Behandlung

mit Dr. Harro Danninger

Ausgleich und Harmonisierung von Störungen im Energiefeld des Körpers, Lösungen von Blockaden im körperlichen, geistigen und seelischen Bereich.

Der Patient wird durch diese Behandlung ausgeglichener und erhält die Chance, alte Muster und Blockierungen zu erkennen und sie dann zu lösen.
Die Behandlung ist bei den verschiedensten Gesundheitsstörungen angezeigt, vor allem aber dort, wo die Schulmedizin nicht mehr weiter weiß, wie bei vielen chronischen Krankheiten, bei seelischen Problemen, aber auch bei Unfällen, als Operationsvorbereitung oder in der Nachsorge von Krebserkrankungen gemeinsam mit dem behandelnden Arzt. So bietet sich hier die Möglichkeit, eine neue Behandlungsform kennen zu lernen, mit der auf sanfte Art und Weise gerade bei diesen Problemen geholfen werden kann.

Termin: 2. bis 4. Dezember 2005
Zeit: Freitag: 18.00 – 21.00 Uhr
Samstag: 09.00 – 19.00 Uhr
Sonntag: 09.00 – 13.00 Uhr
Ort: Hotel Herzoghof,
2500 Baden b. Wien, Kaiser Franz Ring 10
Dauer: 16 Stunden
Referent: Dr. Harro Danninger, Arzt für Allgemeinmedizin, Kurarzt, Kneipparzt
Seminargebühr: für Mitglieder € 250,–,
für Nichtmitglieder € 290,–
Anmeldungen: Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM-ÖGS, PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141. Die Anmeldungen werden nach dem Datum des Zahlungseingangs gereiht.
Maximale Teilnehmerzahl: 28 Personen

+++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++

Betreuerpool der VÖSM-ÖGS

Die VÖSM-ÖGS möchte alle Masseure, die die Ausbildung zum Sportmasseur bei der VÖSM absolviert haben, wieder daran erinnern, dass im Sekretariat eine Betreuerpool-Liste aufliegt, wo Sportmasseure ihr Interesse bekundeten, bei Nachfrage verschiedener Vereine bzw. therapeutischer Institute zu diversen Einsätzen weiter vermittelt zu werden. Die Liste sollte erweitert bzw. ergänzt werden, rufen Sie bitte an!
Wenn diesbezügliches Interesse auch von Sportphysiotherapeuten/innen (bei der ÖGS absolviert) besteht, bitte auch melden!

Nähere Auskünfte im Sekretariat der VÖSM-ÖGS, Telefon und Fax 0 22 36/86 58 75 oder E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

+++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++ ACHTUNG +++

2005/2006

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

VÖSM-ÖGS

15.10.2005 **Faszientechniken**
– Dr. Georg Harrer

21.-23.10.05 **Sportmasseurausbildung**
– 2. Teil

22.-23.10.05 **O.M.T.-Seminar**
– Prim.Dr.Andreas Kainz

25.-30.10.05 **AMM-Kurs 2 „Die Punkte“**
– Josef Kiesler (TAO-Lehrbauftragter)

28.-30.10.05 **Dorn & Breuss – Wirbelsäule – Aufbaukurs**
– Dr. Harro Danninger

04.-06.11.05 **Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® Block 1**
– Rolf Ott/CH

12.-13.11.05 **Kissenschwingkurs**
– Rolf Ott/CH

25.-27.11.05 **Sportmasseurausbildung**
– 3. Teil

02.-04.12.05 **Atmung-Seminar**
– Werner Degen/Graz

08.-11.12.05 **Elektrotherapie – Spezialqualifikation für Heilmasseure**
– Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky,
– Dr. Lukas Trimmel

12.-13.11.05 **Sporttherapie-Ausbildung**
– 3. Teil

09.-11.12.05 **Sportmasseurausbildung**
– 4. Teil

10.-11.12.05 **Sporttherapie-Ausbildung**
– 4. Teil

16.-18.12.05 **Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® Block 2**
– Rolf Ott/CH

13.-21.01.06 **Manuelle Lymphdrainage-Basiskurs**
– Günther Bringezu/D

20.-21.01.06 **Applied Kinesiology – Manueller Extremitäten-Kurs M-3**
– Dr. Ivan Ramsak

21.-22.01.06 **Manuelle Lymphdrainage-Refreshingseminar**
– Günther Bringezu/D

27.-29.01.06 **Sportmasseurausbildung**
– 5. Teil

27.-29.01.06 **Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich® Block 3**
– Rolf Ott/CH

10.-18.02.06 **Manuelle Lymphdrainage-Therapiekurs**
– Günther Bringezu/D

17.-19.02.06 **Ausbildung für Lehraufgaben für Heilmasseure – Modul 1 Gem. § 30, 37 u. § 57 MMHmG**

31.3.-2.4.06 **Medical Taping Concept**
– PT Thomas Metzger/D

22.-23.04.06 **BSI-Testleiter/ Therapie und Rehabilitation BSI-Sporttherapie**
– Mag. Dorothea Gruber

13.05.2006 **BSI-Gruppentraining Präventive Rückenschule**
– Mag. Dorothea Gruber

Feber oder März 2006 **Laseranwendung im Sport mit Laserschutzbeauftragten**
– Dr. M. Fuchsberger,
– Ing. A. Heltschl,
– H. Heltschl

Neustart HEILMASSEUR-AUFSCHULUNG
ab April 2006
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM-ÖGS

Neustart gesetzlich geregelte SONDERAUSBILDUNG SPORTPHYSIOTHERAPIE
für Dipl. Physiotherapeuten
1. Modul: 4. – 5. Februar 2006
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM-ÖGS

Master of Science in Sportphysiotherapie

VÖSM-ÖGS
zusammen mit der Donau-Universität Krems

Informationen: VÖSM-ÖGS, Telefon und Fax 02236/865875
E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

BSN medical

BDF Beiersdorf GesmbH

Be prepared.

Tapen ist mehr als das einfache Anlegen eines starren Verbandes. Tapen ist eine ganzheitliche medizinische Versorgung zur Prophylaxe oder Therapie von Verletzungen. Deshalb bieten wir ein Sortiment von Produkten rund ums Tapen an. Damit jeder Tape-Verband hält, was wir versprechen. Leukotape. Das Taping-Sortiment von BSN medical.

Just tape it
Leukotape

BSN medical

BSN medical c/o Beiersdorf GesmbH, 1100 Wien, Laxenburgerstr. 151, Tel. 01/ 61 400 - 0 Fax: 61 400 - 394
medical.office@beiersdorf.com www.bsnmedical.at