Verlags- und Versandpostamt 2344 Maria Enzersdorf

14 Top-Seminare für 2005

sport physiotherapie

BSO SERVICE IM SPORT

März 2005
16. Jahrgang • Heft 1

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

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

GESCHAFFT

Nach 15 Monaten am Ziel: Die Teilnehmer der Heilmasseur-Aufschulung

VÖSM-Betreuung: 21 Medaillen für Österreich in Innsbruck/Seefeld

Rekord-Universiade

HOTEL & RESORT DOLOMITENGOLF

GOLF TOTAL

4 Übernachtungen im Doppelzimmer, inkl. HP, Unbegrenzte Greenfees für den GC Dolomitengolf, 1 Voucher Golf Car
Pauschalpreis pro Person:
ab € 410,00

7 Übernachtungen im Doppelzimmer, Leistungen wie oben
Pauschalpreis pro Pers.:
ab € 675,00

GOLFERS FREUDEN IN DEN SÜDALPEN.

Wohnen direkt an einem der schönsten Meisterschafts-Golfplätze Österreichs – in dem Top Hotel & Resort Dolomitengolf.
Im aufwendig modernen Landhausstil erbaut, genießen Sie hier Sauna, Dampfbad, Fitnessraum, geräumige Zimmer, Bar und Restaurant, Konferenzraum und einen herrlichen Garten mit Terrasse und beheiztem Außenpool.

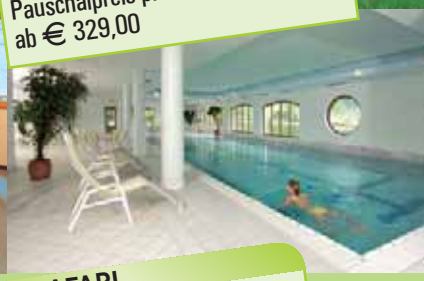
HOTEL & RESORT DOLOMITENGOLF

Hotel & Resort Dolomitengolf · A-9900 Lavant · Am Golfplatz 1
Tel.: 0043 (0)4852-61122 · Fax: 0043 (0)4852-61122-444
www.hotel-dolomitengolf.com · info@hotel-dolomitengolf.com

HOTEL & RESORT DEFEREGGENTAL

DAS CABRIO-ANGEBOT

4 Übernachtungen im Doppelzimmer, inkl. HP, Tagesausflug im neuen Porsche Boxter S mit 300 Freikilometern
Pauschalpreis pro Person:
ab € 329,00



CABRIO FREUDEN IN DEN SÜDALPEN.

Mitten im Nationalpark Hohe Tauern gelegen finden Gourmetfreunde, Golfer, Cabrio Begeisterte, Wanderer, sportlich Aktive, Wellness-Genießer und natürlich Wintersportler ihre Wohlfühloase – im außergewöhnlichen Hotel & Resort Defereggental. Die Spitzenqualität beim Wohnen und Essen und die sportlich legere Atmosphäre in allen Bereichen wird seit Jahren von vielen Gästen geschätzt.

GOLF-SAFARI

Die Tour zu den schönsten Golfplätzen der Umgebung. 7 Übernachtungen im Doppelzimmer incl. Halbpension

- 1 Green Fee für den Golfplatz Mittersill
- 3 Green Fees für den Golfplatz Dolomitengolf
- 1 Green Fee für den Golfplatz Kronplatz
- Transfer

Pauschalpreis pro Person:
DZ: € 695,00 · EZ: € 835,00

HOTEL & RESORT DEFEREGGENTAL

Hotel & Resort Defereggental · A-9962 St. Veit im Defereggental
Tel.: 0043 (0)4879-6644-0 · Fax: 0043 (0)4879-6644-444
www.hotel-defereggental.com · info@hotel-defereggental.com

Solidarität

In Zeiten der „Geiz ist geil"-Philosophie ist es offensichtlich groß in Mode, die Dienste eines anderen wohl in Anspruch zu nehmen, aber nichts oder nur das Notwendigste im Gegenzug dafür leisten zu wollen. Konkret: Wer einen der zahlreichen Kurse der VÖSM/ÖGS belegt, bekommt als Mitglied der VÖSM oder ÖGS einen deutlich günstigeren Preis.
Jetzt kommen die ganz Cleveren zum Zug: Sie treten der VÖSM oder ÖGS bei, zahlen brav den Jahresbeitrag von 35 Euro, buchen einen oder mehrere Kurse, ersparen sich bis zu 300 Euro, und treten dann wieder aus.
Das sind die ganz Gescheiten. Nur: Jeder gemeinnützige Verein lebt von den Mitgliedern bzw. von deren Mitgliedsbeiträgen. Und die Zielsetzung der VÖSM/ÖGS ist, dem Sportler eine optimale physiotherapeutische Betreuung/Versorgung zu garantieren.
Genau aus diesem Grunde wurde ja vor nahezu 30 Jahren, anlässlich der Olympischen Spiele in Montreal, die VÖSM gegründet, weil die therapeutische Betreuung der Sportler damals einfach schlecht war.
Der VÖSM/ÖGS gehören heute noch Mitglieder der ersten Stunde an, die zum Teil schon längst in Pension sind und seit Jahren keinen einzigen Kurs mehr belegen. Aber sie haben den Solidaritäts-Gedanken verstanden und sind stolz, dabei zu sein und wissen, dass dieser unser Verein nur durch eine gesunde Basis, sprich Mitgliedschaft, am Leben erhalten werden kann. Sie leisten nach wie vor ihren Mitgliedsbeitrag. Damit die Botschaft, nämlich der Gesundheit der Sportler den bestmöglichen Dienst erweisen zu können, weiterhin realisiert werden kann. Von dieser Stelle an die langjährigen Mitglieder ein herzliches Dankeschön.
Daher der Appell: Wer schon die Kurse und Seminare der VÖSM/ÖGS in Anspruch nimmt, sollte beim Mitglieder-Jo-Jo, also dem Beitreten, Kurse konsumieren und wieder Austreten, bedenken, dass die VÖSM/ÖGS kein Wirtschaftsunternehmen im klassischen Sinne ist – auch wenn hier natürlich wirtschaftlich gearbeitet wird. Sondern ein gemeinnütziger Verein, der nicht gewinnorientiert ist, keine Förderungen erhält und die Kurse zum Selbstkosten-Preis anbietet.
Und Ihnen durch die von der VÖSM/ÖGS vermittelte qualifizierte Ausbildung die Chance wiederum einräumt, sich in Ihrem Beruf weiter zu entwickeln.

In diesem Sinne
Ihr

Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL/IMPRESSUM *Solidarität* **4 AUSBILDUNG** *Neuer Weg zum Sportmasseur*
6 KONGRESS *Beitrag von Prof. Samy Molcho „Der Körper ist der Handschuh der Seele" – Teil 2*
8 EXPERTISE *Dr. Jürgen Spona über den Stellenwert von Aminosäuren in der Rehabilitation*
12 FORTBILDUNG *Akupunktur-Meridian-Massage, Sportmasseur-Ausbildung, Applied Kinesiology (AK), Dorn & Breuss-Seminar etc.* **26 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, eMail: 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

Der neue Weg zum Sportmasseur – für alle möglich

NEU: Jetzt auch Massage-Grundausbildung und Sportmasseurausbildung als Basis zur selbstständigen Berufsausbildung gesetzlich geregelt.

Die VÖSM hat in Zusammenarbeit mit der BSO und der Innung der Masseure für NÖ einen neuen Zugang zur Sportmasseurausbildung geschaffen:

1) Für Sportinteressierte ohne Massage-Grundausbildung ist es ab sofort möglich, über Modul A und Modul B die Berechtigung zur Teilnahme an der Sportmasseurausbildung zu erlangen.
2) Personen mit einer einschlägigen sportorientierten Ausbildung können gleich in Modul B einsteigen und
3) Heilmasseure sowie gewerbliche Masseure direkt in die Sportmasseurausbildung.

Massage-Grundausbildung
für die Teilnahme zur Ausbildung in Sportmassage 2005

MODUL A

Allgemeine Bestimmungen:
Teilnahme für jeden sportlich Interessierten
Voraussetzungen: keine
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 Gesetzliche 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: € 450,–

Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen
Kursort: Sportzentrum Skarics 2483 Ebreichsdorf
Termine: 25. – 29. Mai 2005
Zeitplan: Mittwoch 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

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.**

Kurskosten Modul B: € 1.490,–
(auch in Ratenzahlungen nach Vereinbarung möglich)
(bei Gruppenanmeldungen ab 8 Personen ist eine Kursermäßigung möglich)

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf

Termine: Freitag, 8. bis Sonntag, 17. Juli 2005 **B1**
Freitag, 26. August
bis Sonntag 4. September 2005 **B2**
Freitag jeweils von 18.00 – 21.30 Uhr,
alle anderen Tage jeweils
von 08.00 – 20.30 Uhr,
letzter Tag von 8.00 – 15.00 Uhr

Abschlussprüfung:
Samstag, den 17. September 2005

Kursbeginn für die darauf folgende Sportmasseurausbildung ist Samstag, 24. September bis Sonntag, 25. September 2005.

Die VÖSM bietet weiters Zusatzausbildungen an in: Bindegewebsmassage, Segmentmassage, Fußreflexzonenmassage, Akupunktmassage, Manuelle Lymphdrainage, Ohrakupunktmassage, Energetische Gelenksbehandlung, Myofasciale Techniken, Osteopathie und vieles mehr.

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

Fortbildung in SPORTTHERAPIE

(nur für ausgebildete Sportmasseure!)

Die Sporttherapieausbildung ist eine aufbauende Zusatzausbildung zum/zur VÖSM-Sportmasseur(in) und erfolgt in einem einjährigen Bildungsgang.
Ziel: Eine noch speziellere Ausbildung des/der Sporttherapeuten(in) soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.
Insgesamt 7 Wochenendkurse mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag von 08.30 bis 18.15, Sonntag 08.30 bis 18.15 Uhr anschließend 1 Wochenendtermin für Abschlussprüfung.

Termine: Ab September 2005
beginnend, wenn mindestens 12 Anmeldungen bei der ÖGS bis Juni 2005 eingelangt sind,
(im Sekretariat der VÖSM-ÖGS abzufragen!)
Telefon 0 22 36/865875
Kurskosten: € 1.500,– inkl. Skripten
Kursort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36, Telefon 02254/75141
Anmeldung: Ab sofort bei der ÖGS
Lehrinhalte: Aufbauend auf die VÖSM-Sportmasseurausbildung:

Begrüßung und Einleitung	1 UE
1. Funktionelle Anatomie	19 UE
2. Sportorthopädie	5 UE
3. Sporttraumatologie	5 UE
4. Leistungsphysiologie	10 UE
5. Ernährung	8 UE
6. Doping	2 UE
7. Sportpsychologie	10 UE
8. Organisation des österreichischen Sports	2 UE
9. Trainingslehre (Theorie)	8 UE
10. Trainingslehre (Praxis)	12 UE
11. Biomechanik: Grundlagen in Sport und Therapie	6 UE
12. Angewandte Biomechanik in Sport und Therapie	10 UE
Praxis der Sportphysiotherapie:	
13. Befunderhebung (Sportmotorische Tests)	8 UE
14. Testauswertung	2 UE
15. Behandlungskonzepte	10 UE
16. Funktionelle Verbände und Tapen	10 UE
17. Sportspezifische Massage	10 UE
18. Passive physikalische Therapie	4 UE
19. Trainingstherapie u. therapeutisches Training	10 UE
20. Regeneration im Sport	8 UE
insgesamt	160 UE

anschließend Abschlussprüfungen.

Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie
Prim. Dr. Andreas Kainz
Präsident

Weitere Infos bei ÖGS!

„Der Körper ist der Handschuh der Seele“

Kongress-Themen. Der Beitrag von Prof. Samy Molcho zum Thema „Schmerz und Körpersprache“. Teil 2.

Ein Kind zu erziehen – ich habe vier davon – ist nicht leicht, aber ich habe versucht, ihm Liebe zu geben. Liebe ist nicht handelbar, steht nicht zur Diskussion, denn Liebe ist immer da. Ich liebe es nicht, weil es sauber ist, ich liebe es nicht, weil es brav ist, ich liebe es, weil es mein Kind ist. Egal, ob sauber oder nicht brav – das ist eine Kommunikationsfrage zwischen seinen und meinen Wünschen.

Oft habe ich gehört, dass eine Mutter gesagt hat, „ich habe es ihm schon tausend Mal gesagt und er hört nicht“. Stimmt nicht, er hat tausend Mal geantwortet – „ich will nicht, nur du hörst nicht“ *(großes Gelächter)*. Das ist eine Respektsache. Wir sehen immer nur unsere Seite, denn wir haben auch Erwartungen, und wir werden in der Gruppe geschätzt anhand der Erwartungen, die die Gruppe an uns hat. Aber wir gehen damit ein Risiko ein, denn wir bekommen nie die volle Information. Der Großteil dieser Erwartungen ist rein spekulativ. Denn wir sagen, Gefühle sind eine Schwäche und meinen dabei zum Großteil die intimen Beziehungen, Liebe und so weiter.

Wer von Euch kann sagen, dass man seine Gefühle ausgenützt hat? Hat schon jemand eure Gefühle ausgenützt? Antwort aus dem Publikum: „Ja, in beruflicher Hinsicht.“

Molcho: Das heißt, es ist eine Information, eine negative Mitteilung. Warum hat er dich verletzt und wie hat er deine Gefühle ausgenützt? Hat er das Gefühl ausgenützt?

Wenn ich sage, ich liebe dich und sie sagt, aber ich liebe Peter. Ist das nicht ihr Recht? Ist das für mich ein Grund, beleidigt oder verletzt zu sein? Kann sie mich ausnutzen? Und wenn sie von mir etwas will, mache ich das nicht gerne für sie, weil ich sie liebe?

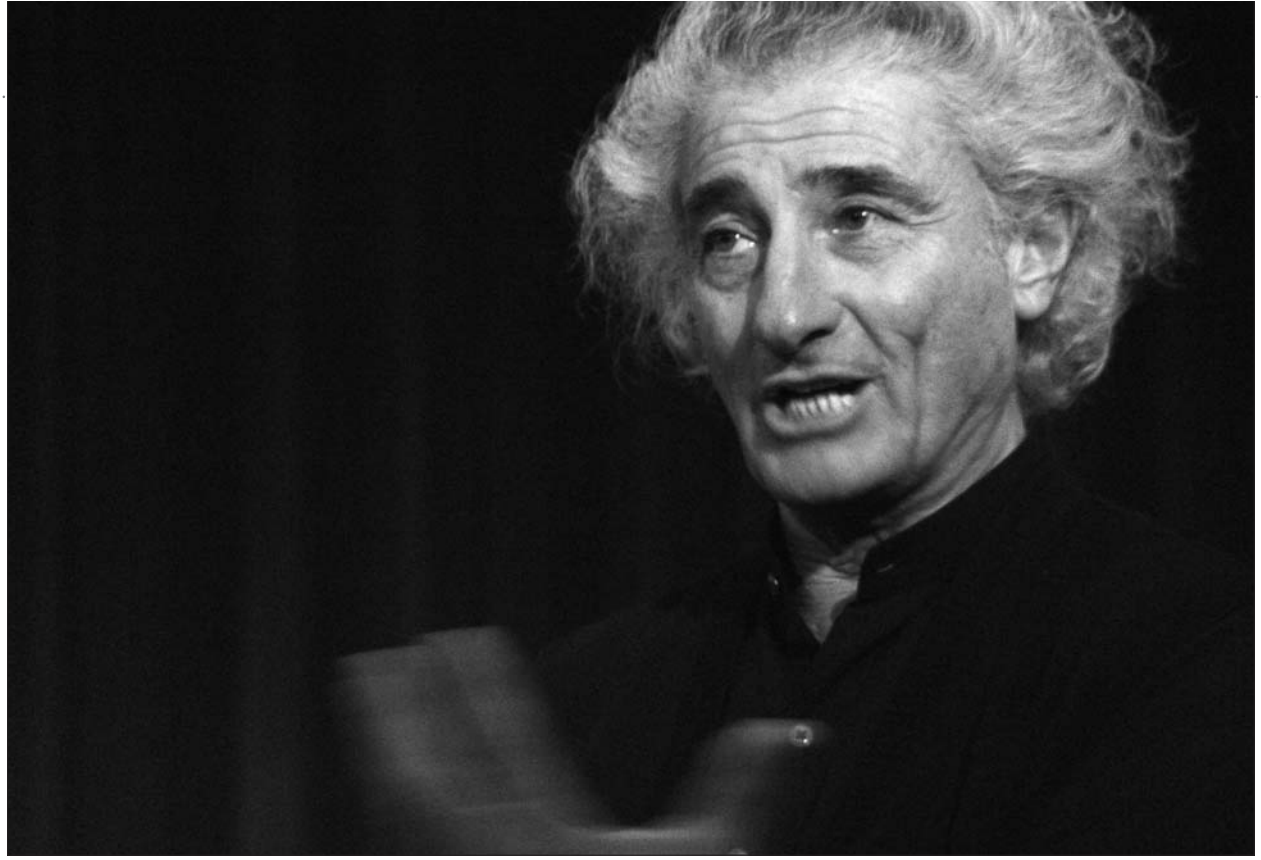
Also zum Großteil, wenn wir meinen, man hat meine Gefühle ausgenützt, meinen wir, wir sind enttäuscht. Und wie das Wort in Deutsch besagt, Enttäuschung kommt von Täuschung, Selbsttäuschung. Ja, du hast Erwartungen gehabt und du wurdest enttäuscht. Hast du deine Erwartungen schon einmal formuliert? Ich habe das noch nie gehört. Man könnte sagen, wenn er mich liebt, dann soll er das doch selbst wissen *(Gelächter)*. Es heißt doch, Liebe macht blind, was erwartest du von einem Blinden? *(anhaltendes Gelächter, Applaus)*.

Als ich meine Frau vor 26 Jahren geheiratet habe, habe ich gedacht, Liebe ist Liebe, darüber diskutiert man nicht, aber was erwartet man voneinander? Sie sagte mir gleich, mit einem Besen in der Hand wirst du mich nicht sehen. Ich muss ehrlich gestehen, nach 26 Jahren – sie hält ihr Wort *(Gelächter)*. Wir sind aber trotzdem glücklich miteinander. Sie hat eben andere Qualitäten anzubieten. Wir haben das Problem Saubermachen und Kehren anders gelöst.

Man hat eben auch andere Möglichkeiten. Es ist sehr wichtig, von Beginn an Informationen zu akzeptieren, auch ein „Nein“ ist zu akzeptieren, denn ohne ein „Nein“ gibt es keine richtige Information und „nein“ für etwas, heißt „Ja“ für den Rest. Das heißt, es wird jetzt eine Einstellung, eine Einstellung zur Sache. Wenn ich in der Schule ein „Nein“ als Strafe, „Nein“ als totale Blockade nehme, dann suche ich nicht nach Alternativen, dann suche ich nicht nach anderen Optionen.

Gehen wir zurück zum Körper. Der Körper existiert, weil er eine Wirkung hat. Wir wollen wirken. Das Soziale erwartet von uns etwas anderes. Ein Beispiel: Eine Mutter mit einem zweijährigen Kind, sie baut mit großer Mühe einen wunderbaren großen Turm mit Bausteinen. Das kleine Kind, ihr wisst schon was passiert – wummm – *(Gelächter)* das Kind zerstört den Turm. Die Mutter macht sich Sorgen, ich habe ein destruktives Kind. Ich baue konstruktive Sachen, was macht es, es zerstört einfach. Ich habe die Mutter beruhigt und sagte ihr, du hast ein geniales Kind, denn was wollte es? Bauen? Nein, wirken! Ein Minimum an Bewegung und maximale Wirkung *(Gelächter)*.

Warum glauben wir immer, dass der andere immer das meint, was wir meinen? Das ist doch langweilig. Ein Dialog ist ein Austausch, Informationen wahrnehmen, was sagt mir mein Körper? Was will ich mit meinem Körper ausdrücken? Was ist wichtig? Das Problem ist oft, dass ich mir nicht bewusst bin, was mir mein Körper sagt. Wir sind einfach so beschäftigt mit unserer verbalen Sprache, wir hören immer, was hat der andere zu sagen, hat er überhaupt was zu sagen? Aber nicht, was hat er zu tun. Und die Politiker haben es kultiviert, sie sagen viel aber tun wenig. Als Vergleich zur verbalen Sprache jetzt zur nonver-



Prof. Samy Molcho beim Kongress: Der Pantomime begeisterte das Publikum mit seiner Körpersprache und seinem witzigen Vortrag

balen Sprache. Bei der verbalen Sprache kann ich entscheiden, wann gebe ich keine Information weiter. Kann das auch jemand mit der nonverbalen Sprache tun, wenn er sagt, ab jetzt gebe ich keine Information mehr? Ist das möglich? Kann ich das jetzt mit jemandem hier versuchen, mir keine Information mehr zu geben?

Samy Molcho startet einen Versuch und geht zu einer Teilnehmerin und spricht sie an:

„Ich interessiere dich nicht mehr? Andere Gedanken, sagt man, sind wichtiger für dich als ich.

Die Person gibt keine Antwort. – Ja, typisch abgelenkt von mir, macht als ob sie mich nicht hört, provoziert mich einfach *(Gelächter aus dem Publikum)*, und sie bildet sich ein, sie gibt mir keine Information. Sie meidet total die rechte Seite ihres Körpers, der Blick geht nach unten, weil wir gelehrt bekamen, nach innen zu schauen und versucht mir zu zeigen, ich bin nicht existent. Ja und warum – weil ich keine Wirkung auf sie habe – sie zeigt keine Wirkung, stimmts? Und jetzt ehrlich, wie viel Energien hat das gekostet?

S. Molcho versucht jetzt, sie mit Hundegebell und Hundegeheul aus der Reserve zu locken. Noch immer keine Reaktion. S. Molcho intensiviert seine Aktionen, indem er handgreiflich wird. Erst jetzt beginnt die Testperson über diese Aktion zu lachen.

Manche sagen: Existenz ist Wirkung. Ich meine, sie hat gelächelt. Ich will einfach existieren, jeder Mensch, jede Sache will existieren und eine Wirkung erzeugen. Wenn ich nicht wirke, muss ich intensivieren und ich meine, sie hat gelächelt.

Mit dem Schmerz ist es nicht anders, er wirkt, er gibt Signal, wenn du ihn ignorierst, muss er intensivieren. Ich glaube, ich brauche jetzt nicht weiter zu machen, denn die Aussage ist angekommen. Sie hat Stellung genommen, positiv, negativ, vollkommen egal. Es geht hier nicht um positive, sondern um überhaupt eine Reaktion. Ich bin ihr immer näher gekommen, es wurde für sie immer bedrohlicher, noch immer hat sie nicht reagiert, ich wurde noch bedrohlicher, ich machte schon handgreifliche Bewegungen, noch immer hat sie nicht reagiert, also was blieb mir anderes übrig, als mich auf ihren Schoß zu setzen, um mich zu spüren *(großes Gelächter)*.

Es ist wichtig, dass wir das System einfach verstehen. Existenz ist für alle wichtig, er will einfach eine Reaktion erleben oder sehen. Wir wollen aufeinander wirken. Lasst es einfach auf euch wirken, das ist doch schön! Auch wenn es eine Kampfansage wird und der andere meint, dass er nicht so stark ist, auf mich zu wirken. Es wird oft mit der Höflichkeit des anderen spekuliert – er werde es nicht wagen. Bei mir jetzt war es so, dass ihr vergesst, dass ich seit zehn Jahren im Kunstbereich tätig bin. Wir beginnen dort, wo eure Konvention zu Ende ist. Falsch spekuliert, ich habe es einfach gemacht *(Applaus)*.

Ich denke, dass dieses Prinzip einfach sehr wichtig ist, denn in der Kommunikation muss man erst einmal wissen, ob der Körper etwas macht oder nicht macht, es ist immer eine Aktion. Der Körper ist unfähig, nicht zu kommunizieren. Das heißt, ob er will oder nicht, er gibt immer eine Information, er gibt immer eine Aussage. Die Aussage, dass er geben will, oder die Aussage, die ihm nicht bewusst ist, dass er sie gibt. Aber er gibt immer. In dem Moment, wenn ich jemand betrachte, ab dieser Sekunde hat alles, was er macht, mit mir zu tun. Wenn ich deute – Bedeutung hat mit Deutung zu tun – in diesem Moment, wo ich jemanden anschaue, hat einfach alles, was er macht, mit mir zu tun. Wir können uns davon nicht entziehen.

Fortsetzung in Heft 2/2005

Zentrale Rolle

Stellenwert von Aminosäuren in der Rehabilitation. Beitrag zur aktuellen Diskussionen zum Thema Doping und Ernährungsergänzungen. Von Dr. Jürgen Spona.

Spezialist: Prof. Dr. Jürgen Spona, Ludwig Boltzmann Institut für experimentelle Endokrinologie, Uni-Klinik für Frauenheilkunde, Wien

Aminosäuren sind Eiweißbausteine und erfüllen für unseren Körper ganz wesentliche Aufgaben. Sie sind nämlich die Hauptbestandteile wichtiger Strukturen wie Muskeln, Haut, Haare, aller Enzyme, wichtiger Hormone, der Botenstoffe im Gehirn und auch der für die Abwehrkraft gegenüber Infektionen verantwortlichen Immunglobuline. Sie sind aber auch für die Energieversorgung jeder Zelle von Bedeutung. An diesen wenigen Beispielen erkennt man bereits die zentrale Rolle, die Aminosäuren neben Kohlenhydraten und Fetten für den Stoffwechsel spielen. Zusätzlich werden noch als Hilfsstoffe die Vitamine und Spurenelemente benötigt. Das Eiweiß (Protein), das mit der Nahrung aufgenommen wird, muss durch aufwendige und komplizierte Stoffwechselvorgänge in seine Einzelbestandteile, die Aminosäuren, aufgespaltet werden. Aus diesen werden dann gemäß dem genetischen Code die entsprechenden Körperstrukturen, wie sie oben angeführt sind, aufgebaut. Daraus ist ersichtlich, wie wichtig eine optimale Ernährung und damit optimale Energiezufuhr für Gesundheit und Wohlbefinden ist.

Es gibt 20 für den Menschen wichtige Aminosäuren, die sich in zwei Gruppen gliedern. Die unentbehrlichen Aminosäuren, die der Körper nicht selbst synthetisieren kann und daher mit der Nahrung sowie mit Nahrungsmittelergänzungen dem menschlichen Organismus laufend zugeführt werden müssen. Zu dieser Gruppe zählen die Aminosäuren Arginin, Histidin, Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Threonin Tryptophan und Valin. Die restlichen zehn Aminosäuren sind entbehrlich und können aus den unentbehrlichen Aminosäuren vom Menschen hergestellt werden. Zu dieser Gruppe gehören Glycin, Serin, Taurin, Tyrosin, Asparagin, Asparaginsäure, Glutamin, Glutaminsäure, Citrullin und Ornithin aber auch Alanin und Prolin.

Kollagen ist ein Protein, das eine besondere Stellung im menschlichen Organismus einnimmt. Über die Hälfte der Eiweißkörper bestehen aus Kollagen. Es verleiht der Haut seine Elastizität. Die Matrix des Knochengerüsts, in die die kalziumhältigen Mineralstoffe eingebaut werden, besteht aus Kollagen. Die Festigkeit dieses Proteins wird durch einzigartige räumliche Anordnung dreier Aminosäuren, nämlich Prolin, Hydroxyprolin und Glycin, gewährleistet. Sie sind jene Aminosäuren, aus denen Kollagene hauptsächlich aufgebaut werden.

Spezifische Veränderungen der Aminosäuren Plasmaspiegel bei Stress und verschiedenen Erkrankungen sind in der wissenschaftlichen Literatur beschrieben. Besonders auffallend sind die Veränderungen des Blutprofils der Aminosäuren bei Patienten nach Verletzungen, nach Operationen und während der Rehabilitation. Besonders die so genannten Stressaminosäuren zeigen Ungleichgewichte und Defizite. Zu den Stressaminosäuren zählen die fünf unentbehrlichen Aminosäuren Isoleucin, Leucin, Phenylalanin, Tryptophan und Valin. Darunter sind die drei Muskelmacher Isoleucin, Leucin und Valin. Sie werden auf Grund ihrer chemischen Struktur auch als verzweigtkettige Aminosäuren bezeichnet.

Aminosäuren haben neben ihrer Funktion als Bausteine für Eiweiß auch Wirkungen, die man therapeutisch ausschöpfen kann. Für die Stressaminosäuren sind diese Eigenschaften in Tabelle 1 beschrieben.

Die Vielzahl spezifischer Wirkung von Aminosäuren kann auch anhand der unentbehrlichen Aminosäure Arginin und entbehrlichen Aminosäure Taurin verdeutlicht werden (siehe Tabelle 2).

Für die Rehabilitation nach Knochenbrüchen ist von Interesse, dass die unentbehrlichen Aminosäuren Arginin, Lysin, Methionin, Threonin und Tryptophan die Bildung der Knochenmatrix beschleunigen und die Knochenmineralisierung erhöhen können.

Im Sport kommt es neben dem hohen Energieverbrauch zu einem höheren Abbau und Verschleiß von Proteinstrukturen. Dadurch kann der Bedarf an Aminosäuren beim Ausdauersportler bis zum Dreifachen ansteigen. Eine zu niedrige Aufnahme von Protein führt zu Müdigkeit, Leistungsabfall, erhöhter Infektanfälligkeit und langen Regenerations-Zeiten. Das Ziel ist also, diesen gesteigerten Abbau zu verhindern bzw. sogar einen Muskelaufbau zu unterstützen. Dies ist neben unerlaubtem Doping auch mit natürlichen, physiologischen Massnahmen möglich. Die Einnahme von freien Aminosäuren, deren Dosierungen auf den Bedarf individuell abgestimmt werden, ist eine erlaubte und physiologische Massnahme – eine natürliche Alternative zu Doping.

Infolge der biochemischen Individualität, durch unterschiedliche Verwertung der Nahrung, infolge individuell unterschiedliche Ernährung und Trainingsbelastung ist der Bedarf an freien Aminosäuren qualitativ und quantitativ nicht bei jedem Menschen gleich.

Anhand der Blutspiegel (Nüchternblut) der einzelnen Aminosäuren (Aminogramm) kann jedoch in unserem Laboratorium die Zusammensetzung und Dosierung der freien Aminosäuren nach einem aufwendigen Verfahren individuell rezeptiert und somit ein maßgeschneidertes Aminosäurengemisch aus pharmazeutisch reinen, freien Aminosäuren zusammengestellt werden.
Mit diesem Schema wird auch die anabole (Eiweißaufbauende) Phase verlängert und die katabole (Eiweiß-verbrauchende) Phase verkürzt.
Das bringt Ihr maßgeschneidertes Aminosäurengemisch:

- Leistungssteigerung
- Verhindern eines Muskelabbaus
- Verlängerung der Trainingseinheit
- Verkürzung der Regenerationsphase
- Herabsetzen der leistungsmindernden Infekthäufigkeit (Grippe, Verkühlung)
- Erhöhung der Kraft und Ausdauer
- Verbessert die „Mental Power“

Sie reduzieren durch die Einnahme freier individuell dosierter Aminosäuren auch das Risiko eines Muskelkaters, der durch winzig kleine Risse in der Muskulatur, so genannte Mikrotraumata, zustande kommt.
Die negativen Folgen von Übertraining können durch Gabe von Aminosäuren hintangehalten bzw. gänzlich vermieden werden, d. h. man kann – ohne unerwünschte Folgeerscheinungen wie totalen Leistungsabfall – mehr trainieren und die Regenerationszeit verkürzen.
Die zusätzliche positive Auswirkung freier individuell dosierter Aminosäuren auf Hormonhaushalt und Wohlbefinden spielen eine nicht zu vernachlässigende Rolle bei der Bewertung für den Leistungssport. Ohne überflüssige Kalorien und ohne Cholesterin sind sie die Essenz, die Hochleistungen im Sport ermöglicht.

In unserer heutigen Zeit ist es, trotz immer größer werdenden Angebotes, immer schwieriger, den Energiebedarf optimal aus der normalen Nahrung zu decken. Daher gibt es ein nahezu unüberschaubares Angebot an Nahrungsergänzungsmitteln, wobei es schwierig ist, festzustellen, was dem Körper wirklich fehlt. Auf dem Gebiet der so wichtigen Aminosäuren kann man den persönlichen Bedarf und individuelle Defizite durch eine Blutuntersuchung genau feststellen und so punktgenau für jeden einzelnen eine individuelle Nahrungsergänzung zusammenstellen. Diese Mischung besteht aus pharmazeutisch reinen, freien Aminosäuren, die der Körper ohne weitere Stoffwechselarbeit sofort dort verwenden kann, wo er sie aktuell benötigt.
Die Anforderungen, die heute an die Menschen in Form einer kontinuierlichen Dauerbelastung gestellt werden, übersteigen die Fähigkeiten des Körpers zur Regeneration in sehr vielen Fällen. Der menschliche Körper hat sehr gute Regulationsmechanismen, um kurzfristige Belastungen auszugleichen, während Dauerbelastungen und -stress ein großes Risiko darstellen. Es ist also für den Körper sehr hilfreich, genügend wertvolle Vitalstoffe zur Verfügung zu haben, die es ihm ermöglichen, mit hohem Stress zu Recht zu kommen.

Aminosäure	Wirkung	Ausgangsstoff für
Isoleucin	Muskelkraft, „Stressaminosäure“	Muskeleiweiß, Wundheilung
Leucin	Fördert Knochenheilung, fördert Hautheilung, fördert Ausdauer, Muskelaufbau, „Stressaminosäure“	Muskeleiweiß
Phenylalanin	Kreativität, positive Grundstimmung, Motivation, Anti-depressiv, Erhöht Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis, „Stressaminosäure“	Hormone: Noradrenalin, ACTH, Beta- Endorphin, Schilddrüsenhormon
Tryptophan	„Stressaminosäure“, steigert Stresstoleranz, Anti-depressiv, Verbessert Migräne, Vermindert Angst	Serotonin, Vitamin B3, Melatonin
Valin	„Stressaminosäure“, Muskelaufbau, Ausdauer	Muskeleiweiß, Nerveneiweiß

Tab. 1: Spezifische Wirkungen der Stressaminosäuren und Angaben über die Substanzen, die von den einzelnen Aminosäuren synthetisiert werden

Aminosäure	Wirkung	Ausgangsstoff für
Arginin	Stimuliert Insulin und Wachstumshormon, senkt Cholesterin und Blutdruck, stimuliert Immunsystem, wirkt entzündungshemmend, fördert Durchblutung der Muskulatur, fördert Sexualität, verleiht Kraft, Ausdauer und Jugend	Wachstumshormon, Blutfarbstoff, Kollagen, Insulin
Taurin	Stärkt Immunsystem, ist ein Antioxidant (Anti-Aging), stabilisiert den Herzrhythmus (Puls), Schönheit für Haut, Haare und Nägel	

Tab. 2: Spezifische Wirkungen von Arginin und Taurin

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.

Lernen und Sparen

Subvention. Wie Sie die Förderung von Kurskosten nutzen können.

Das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur hat festgestellt, dass es sich bei der VÖSM/ÖGS um eine Einrichtung handelt, die Erwachsenenbildung im Sinne des § 1, Abs. 2 des Bundesgesetzes über die Förderung der Erwachsenenbildung betreibt. Daher die **NÖ Bildungsförderung.**

Wer hat Anspruch auf Förderung?

- ArbeitnehmerInnen
- WiedereinsteigerInnen (beim AMS als arbeitssuchend gemeldet)
- BezieherInnen von Kinderbetreuungsgeld
- SozialhilfebezieherInnen (lfd. Hilfe zum Lebensunterhalt), die einen Weiterbildungskurs bei der VÖSM/ÖGS absolvieren und Kurskosten dafür teilweise oder zur Gänze selbst zu tragen haben.

Voraussetzungen für die NÖ Bildungsförderung

- österreichische/r StaatsbürgerIn oder BürgerIn eines EWR-Mitgliedstaates
- Hauptwohnsitz in Niederösterreich (mindestens seit zwölf Monaten vor Antragstellung)
- Einreichfrist bis spätestens drei Monate nach Ende des Kurses

ArbeitnehmerInnen unter 45 Jahre und BezieherInnen von Kinderbetreuungsgeld (Karenz) erhalten 50%, WiedereinsteigerInnen, ArbeitnehmerInnen über 45 Jahre und SozialhilfebezieherInnen erhalten 80% der Kurskosten.

Die Dauer der Förderungsmaßnahme beträgt 6 Jahre vom 1. Jänner 2005 bis 31. Dezember 2010. Innerhalb dieses Zeitraumes kann der Gesamtförderungshöchstbeitrag € 2.840,– ausgeschöpft werden.

Kontakt: Arbeitnehmerförderung, 2100 Korneuburg, Bankmannring 5, E-Mail: *post.f3anf@noel.gv.at*, Telefon 02262/9025-11225

Sollten Sie im Internet Auskunft über Bildungsförderungen mit dem Vermerk „qualifizierte Bildungseinrichtung“ erhalten, dann denken Sie daran, dass die VÖSM/ÖGS den Status der „Erwachsenenbildung“ vom BM. f. Bildung, Wissenschaft und Kultur erhalten hat.

Weitere Förderungsmaßnahmen von Kurskosten können beim AMS bzw. bei den Servicestellen der Arbeiterkammern erfragt werden. Wir informieren laufend über Förderungen von Kurskostenbeiträgen. Nähere Auskünfte im Sekretariat der ÖGS/VÖSM.

Wohltuende Massage nach dem Sport

Die GUHL Massageöle werden unter Verwendung verschiedener hochwertiger hautpflegender Öle hergestellt. Das Massageöl lässt sich gut in die Haut einmassieren wird aufgenommen und hinterlässt ein angenehm entspannendes Hautgefühl. GUHL Massageöl verleiht der Haut samtige Elastizität und geschmeidige Schönheit. Auch hervorragend zur Pflege der Haut nach Bad und Sauna.

In den Varianten Weizenkeim und Rosmarin, 250 ml. Die Variante Weizenkeim ist im ausgesuchten Großhandel auch als 750 ml-Profi-Flasche erhältlich.

Nähere Informationen unter Telefon 01-712 28 06.

Lebens-Energie

Seminarreihe 1 – 4 Akupunkt-Meridian-Massage (AMM) nach den Richtlinien der Therapeuten-Ausbildungs-Organisation (TAO).

Das Ziel. Sie erlernen die Akupunkt-Meridian-Massage (AMM) nach den Richtlinien der Therapeuten Ausbildungs-Organisation (TAO), basierend auf den Grundlagen der traditionellen chin. Medizin (TCM). Demnach ist in jedem Menschen die Lebensenergie (Qi) allen anderen Körperfunktionen übergeordnet. Aufgabe des/der AMM-Therapeuten/in ist es, diesen Energiefluss anzuregen bzw. ausgleichend zu regulieren. Nach dem Kurs 1 können Sie das Gelernte bereits in der Praxis umsetzen.
Die einzelnen Kurse (1 – 4) sind immer auf den jeweilig vorangegangenen Kurs aufbauend. Ein Quereinstieg ist aus diesem Grund nur bei Vorlage von Zeugnissen bereits absolvierter Kurse möglich.
Nach erfolgreicher kommissioneller Abschlussprüfung erhalten die Teilnehmer/-innen ein anerkanntes Zeugnis der VÖSM und ÖGS, das zur Teilnahme an weiteren Kursen dieser Seminarreihe berechtigt.

SEMINAR 1
AMM-Kurs 1: „Die Meridiane"
Voraussetzung (Teilnahmeberechtigung):
Masseur/-innen, Heilmasseur/-innen, Physiotherapeut/-innen, Ärzt/innen, MTA, sowie med. Fachpersonal.
Termin: 1. Teil: 8. – 10. Juli 2005 und
2. Teil: 15. – 17. Juli 2005
Kurszeiten: pro Kursteil jew. Freitag 15.00 – 20.00 Uhr, Samstag 8.30 – 17.30 Uhr, Sonntag 8.30 – 16.30 Uhr
Insges. 6 Tage mit insgesamt 48 Unterrichtseinheiten.
Inhalt: Einführung in die Grundlagen der Energielehre, Verlauf der Meridiane und deren Aufgaben, Erkennen von Energieflussstörungen, Energetische Befunderhebung (Erkennen von Fülle und Leere im Meridian) in Theorie und Praxis, Einführung in die energetische Befundung über das Ohr (Helix, Lobulus), Meridian-Therapien (Theorie und Praxis), Praxisbezogener Therapieaufbau, Grundlagen der Narbenbehandlung.
Trainer: Karl Scherz (TAO-Lehrbeauftragter)
Hinweise: Kurskosten inkl. Therapiestäbchen, Meridiankarten und Prüfung. Bitte nehmen Sie zwei Leintücher, eine Decke u. Buntstifte für den Unterricht mit.

SEMINAR 2
AMM-Kurs 2: „Die Punkte"
Voraussetzung: AMM-Kurs 1
Termin: 25. – 30 Oktober 2005
Kurszeiten: Beginn: Dienstag,, 25.10. ab 9.00 Uhr
Inhalt: Lage und Funktionen der wichtigsten Akupunkturpunkte in Theorie und Praxis, Energetische Gesetzmäßigkeiten (Therapieregeln), Detaillierte energetische Befunderhebung, Topographie Ohr und erweiterte Ohrbefundung (Scapha, Anthelix, Antitragus, Ohrrückseite), Erweiterte Narbenbehandlung, Energetische Schwangerschaftsbetreuung, Energieversorgung von Gelenken über Körper und Ohr.
Trainer: Josef Kiesler (TAO-Lehrbeauftragter)
Hinweise: Kurskosten inkl. Prüfung. Bitte nehmen Sie zwei Leintücher, eine Decke und Buntstifte für den Unterricht mit.

Für alle Seminare gilt:
Ort: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36
Quartier: Im Hause Skarics, Telefon 02254/75141, bei Bedarf bitte gleich selbst reservieren.
Kurskosten: pro Seminar (48 UE)
für Mitglieder € 400,– für Nichtmitglieder € 480,–
Anmeldungen: ab sofort bei der VÖSM.
Anmeldungen gelten erst nach Einzahlung der Kurskosten auf das Konto der VÖSM bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141.
Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen

SEMINAR 3
AMM-Kurs 3: „5-Elemente und 3-Erwärmer" und
SEMINAR 4
AMM-Kurs 4: „TCM (Traditionelle chinesische Medizin) Grundlagen"
werden im nächsten Heft im Juni mit Terminen und Inhalten ausgeschrieben! Kurskosten, Ort u. Anmeldungen wie im Seminar 1 und 2! Voranmeldung auch hiefür ab sofort bei der VÖSM und ÖGS erbeten.

Info: *www.tao-amm.at*

Suche junge, kompetente und dynamische SportmasseurInnen sowie PhysiotherapeutInnen,
die an einem ganzheitlichen Medizinkonzept interessiert sind und ganz- oder halbtägig mitarbeiten wollen. Ort: 1090 Wien
Nähere Informationen unter
Ordination Dr. Evemarie Wolkenstein, Teefon 01-319 59 44

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 Bedachtnahme der in Österreich geltenden Gesetze. Ziel ist es, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen 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 Hochleistungssport vor –, während – und nach deren Sportausübung zu betreuen.

Kurstermine:

1. Lehrgang:	24. – 25. September 2005
2. Lehrgang:	21. – 23. Oktober 2005
3. Lehrgang:	25. – 27. November 2005
4. Lehrgang:	9. – 11. Dezember 2005
5. Lehrgang:	27. – 29. Jänner 2006
6. Lehrgang:	3. – 5. März 2006
	18. – 19. März 2006
	Anatomiezusatzkurs in Innsbruck
7. Lehrgang:	7. – 9. April 2006
8. Lehrgang:	19. – 21. Mai 2006
	+ Praxis Wien-Marathon
9. Lehrgang:	9. – 11. Juni 2006
Abschlussprüfung:	24. Juni 2006

Ort:
Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf,
Bahnstraße 36, Tel. 02254/75141

Quartier:
Im Hause Skarics. Bitte Reservierungen bei Skarics unter obiger Telefon-Nummer selbst vornehmen!

Kurskosten:
Komplette Ausbildung € 1.500,–
(auch in Teilzahlungen möglich)
Einzuzahlen an VÖSM
bei PSK BLZ 60000, Kto.Nr.92094141
Anatomiezusatzkurs in Innsbruck ist freiwillig, Kurskosten hierfür extra € 130,–. Für Aufenthalts- und Verpflegskosten am Kursort sowie Fahrtkosten haben die Teilnehmer selbst aufzukommen.

Anmeldung:
Im Sekretariat der VÖSM, 2346 Südstadt
Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875,
E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

Termin- und Preisänderungen vorbehalten!

Kursleiter mit Seminar-Teilnehmern: Großes Interesse

Unterrichtsgegenstände

I. THEORIE

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

II. PRAXIS

Praktische Übungen/Konditionsarbeit
Praktische Übungen / Funktionsgymnastik
Praktische Übungen/Befunderhebung
Praktische Übungen/Funktionelle Verbände
Praktische Übungen/Klassische Massage im Sport
Praktische Übungen/Wettkampfvorbereitung
Praktische Übungen/Wettkampf-Pausenbetreuung
Praktische Übungen/Entmüdungsmaßnahmen
Spezialmethoden
Wiedereingliederung in den Sportbetrieb

insgesamt 206 Unterrichtseinheiten
1 Unterrichtseinheit = 45 Minuten

Heilmasseur-Aufschulung

Erlebnis-Bericht eines Kurs-Teilnehmers. „Hurra, wir haben die Aufschulung zum Heilmasseur bestanden!" Von Friedrich Stranz.

Als wir uns beim 1. Modul im Dezember 2003 trafen, konnten wir uns noch nicht vorstellen, welchen Zeitaufwand und welche Kraft uns dieser Kurs kosten werde. Aber nach der ersten Prüfung (Erste Hilfe) war uns klar: „Geschenkt bekommst Du nichts." Wie wir dann die weiteren Einzelprüfungen in Physik, Recht, Betriebsführung, Ethik, Dokumentation und Hygiene absolviert hatten, waren wir schließlich happy: Denn bis zu den nächsten Einzelprüfungen hatten wir doch noch ein wenig Zeit.

Finale: Der Vorsitzende, Landessanitätsdirektor Dr. Werner Hoffer, bei der Schluss-Ansprache

Im nächsten Schritt wurden uns in Massagetechnik die verschiedensten Möglichkeiten zur Behandlung der Patienten vorgestellt. Wie Triggerpunkte, Osteopathie, Marnitz u.s.w., Thema: Wie und bei welchen Krankheitsbildern das Gelernte angewendet werden kann. So wurden uns in den weiteren Modulen auch Anatomie und Massagetechniken näher gebracht. Die Zeit verging so rasch, dass es auf einmal nur noch zwei Wochen bis zu den Einzelprüfungen in Anatomie + Pathologie sowie Massagetechniken waren. Die Köpfe begannen wieder zu rauchen: Ungläubiges Kopfschütteln – was, schon wieder Prüfungen? Wir sind ja noch nicht einmal richtig zum Lernen gekommen. Es nützte nichts: Die Prüfungen standen unweigerlich bevor. Trotz unserer Ängste haben wir die Einzelprüfungen geschafft und uns im nächsten Abschnitt der Aufschulung auf die kommisionelle Abschluss-Prüfung vorbereiten können.

Gruppenbild: Die Teilnehmer, Referenten und Organisatoren der Heilmasseur-Aufschulung

Als endlich die Abschluss-Prüfung vorbei war, konnten wir erleichtert aufatmen: Fünfzehn Monate intensives Lernen und eine Menge Entbehrungen haben sich gelohnt – wir sind jetzt endlich freiberufliche Heilmasseure.

Ich möchte mich im Namen aller bei den Referenten recht herzlich für ihr Engagement bedanken.

Besonders wollen wir uns bei der organisatorischen Leiterin DPT Silvia Kollos und bei unserem Anatomie-, Physiologie- und Pathologie-Referenten Dr. Johann Wilde bedanken, denn Sie haben für uns die meisten Stunden geopfert und das meiste Wissen vermittelt.

Keiner der Kursteilnehmer hat es bereut, diese Aufschulung mitgemacht zu haben. Ich wünsche allen, die sich entschlossen haben, diese und weitere Aufschulungen mitzumachen, recht viel Freude und weiterhin Erfolg, denn mit diesem enormen Wissen, das uns bei der ÖGS/VÖSM vermittelt wurde, sind uns in unserem künftigen beruflichen Werdegang Tür und Tor geöffnet.

Absolventen: Sonja Amsüss, Susanna Erlach, Mag. Susanna Hammer, Sabine Haslauer, Mag. Andrea Kaspar, Leonhard König Elisabeth Koptik, Robert Körner, Michael Minarik, Franz Pürbauer, Elfriede Starkmann, Fritz Stranz, Rudolf Stuck, Aloisia Wakolbinger, Josef Weiss.

EIN MASSAGEKURS IN EBREICHSDORF.....

Hier sehen wir uns'ren Doktor Wilde
er schrieb sehr viel – war stets im Bilde.

Er schrieb die Folien rauf und runter
sogar nach Fünf war er noch munter!

Er kannte mit uns kein Pardon
beschmierte Folie 40 schon.

Ich sagte g'rad: er schrieb sehr viel
Doch was genau war denn sein Ziel?

Wir bekamen Kopien haufenweis'
Ich dachte mir: na super – was für ein.....

Egal wie ich die Zetteln hielt
gar schauerlich war stets ihr Bild!!!

Wo ist hier sin, dex, cranial
unlösbar schien mir dieser Fall!!!

Ich hielt sie nah – ich hielt sie fern
ich wollt' sie werfen zu den Stern' !!!

Kreativ: Auszug des Gedichtes, das Franz Pürbauer dem Anatomie-Referenten Dr. Johann Wilde bei der Schluss-Veranstaltung widmete

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 und Ethik, Pädagogik, Psychologie und 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: Sportzentrum Skarics, Bahnstraße 36, 2483 Ebreichsdorf.
Kurskosten auf Anfrage
Termin: voraussichtlich September 2005
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*

Einführung in die Applied Kinesiology (AK)

nach George Goodheart

Das Phänomen der Muskelkraftänderung bei Berührung bestimmter Hautareale, Wirbelknochen, Zähne etc. wird von seiner historischen Entstehung und dem bisherigen wissenschaftlichen Hintergrund beleuchtet. Durch die genialen Instrumente der **Berührung (TL)** verdächtiger Strukturen und die **Probebehandlung (Challenge)** und dem exakt durchgeführten **Muskeltest** können Sie sehr schnell und effektiv die Ursachen für die Beschwerden diagnostizieren und behandeln. Die Testung der einzelnen Muskeln erfolgt in den von Kendall & Kendall beschriebenen Positionen. Es handelt sich um Maximalkrafttests, wobei etwa nach einer Sekunde größtmöglicher konzentrischer Spannung eine zusätzliche exzentrische Kraftkomponente dazugegeben wird. Alle Berufsgruppen, die sich mit dem Bewegungsapparat beschäftigen – dies ist wohl beim Sportphysiotherapeuten besonders der Fall – sollten diese Testungen auf jeden Fall beherrschen.
In der AK kennen wir die Triade der Gesundheit (siehe das Logo-Dreieck). Das bedeutet, dass jede Erkrankung eine strukturelle, chemische oder psychische Ursache haben kann.
Es ist frustrierend einen ca. 35jährigen Sportler mit therapieresistenten Schulterschmerzen ohne traumatische Ursache 10 mal mit Heilgymnastik zu behandeln, wenn z. B.: ein eitriger Zahn oder eine Subluxation in der HWS dahinter stecken. Durch die AK können Sie sehr einfach den Zusammenhang über schmerzhaft abgeschwächte Muskel und deren Meridian-, Organzugehörigkeit finden.
Der AK-Zugang zum Patienten ist der Muskeltest in definierten Testpositionen. Daher eignet sich der Muskeltest besonders für Physiotherapeuten und manuell geübte Ärzte als Kommunikationsinstrument mit dem menschlichen Organismus. Die moderne Sportheilkunde, die sehr häufig mit Muskelläsionen konfrontiert ist, kann und darf nicht auf dieses wertvolle Wissen verzichten. In den AK-Kursen werden durch gegenseitiges Üben die Muskeltests genau erlernt und an ersten Patientenbeispielen deren Effizienz in der Diagnostik und Therapie erlernt.

Grundlagenliteratur: Lehrbuch der Applied Kinesiology (AK), Wolfgang Gerz, AK-Muskeltests auf einen Blick, Ramsak/Gerz, beide im AKSE-Verlag

AK – Manuelle Medizin 1/MU

In diesem Kurs wird das genial, einfache AK-Behandlungskonzept an der **Wirbelsäule** und dem **Becken** vorgestellt.
Durch berühren des Dornfortsatzes eines verdächtigen Wirbelsäulensegmentes und der darauffolgenden Muskelabschwächung, kann nicht nur eine Subluxation des Wirbels diagnostiziert werden, sondern durch einen Probedruck am Dornfortsatz auch die therapeutisch optimale Richtung bestimmt werden. Die gezeigten Handgriffe eignen sich auch besonders für akute Beschwerden. Wer eine andere manuelle Ausbildung hat kann seine Therapie, ob mit harten oder weichen Techniken durchgeführt, mit dem AK-Muskeltest perfekt überprüfen. Am Becken erlernen Sie die schonenden und sehr effektiven Keillagerungen der Osteopathen. Diese Lagerungstechniken sind ideal für akute Lumbagopatienten.
Die Muskeltests aus dem Einführungskurs werden nochmals überprüft und 6 bis 8 neue Muskeltests vermittelt. Durch die Patientenbeispiele sollen die gelehrten Inhalte soweit erlernt werden, dass Sie damit sofort in der Praxis arbeiten können.

Dr. Ivan Ramsak beim Kongress: Großes Interesse geweckt

Grundlagenliteratur: Lehrbuch der Applied Kinesiology (AK) Wolfgang Gerz

Seminarinhalt:

1. 5 Faktoren des Intervertebralen Foramens (IVF) u. andere Ursachen für Muskelfunktionsstörungen
2. Neurolymphatische und Neurovasculäre Punkte und deren Bedeutung
3. Sacrum Inspiration/Expiration assist
4. AK-Diagnostik und Therapie von Subluxationen und Fixationen an der Wirbelsäule und Becken
5. Beckenfehler Category I und Category II
6. Beckenschiefstand
7. Lokale Muskeltechniken
8. Fascien-, Spindelzell-, Ursprung-Ansatz Technick, Triggerpunkt
9. Bedeutung des Lymphatischen Systems
10. Testmuskeln: Bauchmuskeln, Gluteaus maximus und medius, Iliopsoas, Nackenextensoren, Sartorius, Subscapularis, Teres major.

AK 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.
Die möglichen lokalen Ursachen für schwache/schmerzhafte Muskel, wie Fascienverklebungen, Störung der Golgisehnenspindelzelle, das Triggerpunktproblem und eine Fehlschaltung der Neuromuskulären Spindelzelle werden vermittelt. Das Wissen der Osteopathen in der Muskel- und Gelenksbehandlung erweitert das therapeutische Repertoire in der **Behandlung jahrelang zurückliegender Extremitätenverletzungen.**
Es werden auch die wichtigsten Entrapementsyndrome **(Periphere Nervenkompressionen)** in der Diagnose und der oftmals einfachen Therapiemöglichkeit besprochen, z. B. Thoracic outlet Syndrome, **Carpaltunnelsyndrom, Tarsaltunnelsyndrom ...**
Empfehlenswert sind anatomische und neurophysiologische Vorkenntnisse der peripheren Gelenke. Optimal wären die Extremitätenkurse der deutschen Gesellschaft für Manuelle Medizin, weil dadurch der umfangreiche Kursinhalt leichter verarbeitet wird.
Orthopäden, Allgemeinärzte mit manuellem Schwerpunkt, Neurologen und besonders **Physiotherapeuten** ziehen aus diesem Kurs den größten Nutzen.
Es werden etwa 25 neue Testmuskel vorgestellt, sowie einige wichtige **Tapingtechniken** für chronische Instabilitäten gezeigt und geübt. An Hand von Patientenbeispielen werden die lokalen Muskeltechniken sofort in die Praxis umgesetzt.

AK-Grundlagen dieses Kurse sind: Leaf: Flowchart Manual; Shaffer: Entrapementsyndrome; Johnes: Extremitätenkurs
Weitere empfehlenswerte Grundlagenliteratur: Frisch: Programmierte Untersuchung des Bewegungsapparates; Kapandji: Funktionelle Anatomie der Gelenke Band I bis III

Teil I
Einführungskurs

Teil II
Manuelle Medizin 1/MU

Teil III
Manueller Extremitäten-Kurs (M-3)

Teil I:

Termin: **18. – 19. Juni 2005**
(insgesamt 16 Std.)
Kurszeiten: Samstag, 18. Juni 2005
von 9.00 – 18.30 Uhr
Sonntag, 19. Juni 2005
von 9.00 – 14.30 Uhr
Kurskosten: € 250,– für Mitglieder,
€ 280,– für Nichtmitglieder

Teil II:

Termin: **23. – 25. September 2005**
(ingesamt 20 Std.)
Kurszeiten: Freitag, 23. September 2005
von 13.00 – 21.00 Uhr
Samstag, 24. September 2005
von 9.00 – 18.30 Uhr
Sonntag, 25. September 2005
von 9.00 – 14.30 Uhr
Kurskosten: € 300,– für Mitglieder,
€ 350,– für Nichtmitglieder

Teil III:

Termin: **20. – 21. Jänner 2006**
(insgesamt 16 Std.)
Kurszeiten: Samstag, 20. Jänner 2006
von 9.00 – 8.30 Uhr
Sonntag, 21. Jänner 2006
von 9.00 – 14.30 Uhr
Kurskosten: € 250,– für Mitglieder,
€ 280,– für Nichtmitglieder

Für alle drei Seminare gilt:

Ort: Hotel Herzoghof, 2500 Baden b. Wien
Kaiser Franz Ring 10
Referent: **Dr. Ivan Ramsak,**
Arzt für Allgemeinmedizin
Diplome: Applied Kinesiology,
Manuelle Medizin, Neuraltherapie,
Sportmedizin, Diplomate I.C.A.K.

Anmeldung: ab sofort bei der Österr.Gesellschaft für Sportphysiotherapie, Tel.u. Fax 02236/865875, e-mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Einzahlung der Kursgebühr bis spätestens 2 Monate vor dem jeweiligen Kursbeginn auf das Konto der ÖGS, bei der Bank Austria CA, BLZ 12000, Kto.Nr. 01783563800

Harmonisches Lernen: Referent Dr. Bochandsky im praktischen Einsatz

Elektrisierend

Energie. Kommissionelle Abschlussprüfung „Elektrotherapie".

Am 26. Februar '05 haben zwölf Teilnehmer die kommissionelle Prüfung für „Elektrotherapie" im Physikal. Institut von Dr. Ursula Hofmann in Wien erfolgreich abgelegt. Vier Kanditaten haben mit „Auszeichnung" bestanden: Amann Konrad, Wilhelm Dohmen, Johannes Kappel, Herbert Kipferling.
Die Prüfungskommission wurde von der Ärztekammer bestellt. Vorsitzender: Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdanksy; Beisitzerin: Dr. Ursula Hofmann; Bundessekr. der ÖGB Fachgruppenvereinigung für Gesundheitsberufe: Dipl.Krankenpfleger Karl Preterebner.
Das erste Gefühl, das sich im Fach „Elektrotherapie" einstellt, ist oftmals negativ belegt. Der Gedanke, mit Elektrizität umgehen zu müssen, ist vielen unbehaglich. Wenn dann noch das Thema „Hydroelektrische Bäder" ansteht, geraten selbst die stärksten Schülernerven ins Wanken, denn die Kombination von Strom und Wasser wird fast immer mit Gefahr assoziiert.
Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky und Dr. Lukas Trimmel haben aus ihrem reichhaltigen Erfahrungsschatz das vorgegebene Lehr- und Lernziel bei weitem übertroffen. In einer sehr qualitativen Abfolge wurde von der Muskel- und Membranphysiologie zur eigentlichen Elektrotherapie übergeleitet.
Elektrotherapie ist der direkte oder indirekte Einsatz elektrischer Energie in der Medizin zur Heilung, Besserung oder Linderung einer Erkrankung.
Ideal war natürlich, dass Theorie in Praxis umgesetzt werden konnte und dies nur deshalb, weil Dr. Ursula Hofmann ihr physikalisches Institut der VÖSM/ÖGS kostenlos zur Verfügung stellte.
Die Teilnehmer: Mediz. Masseure aus der REHAB-KLINIK Bad-Pirawarth: Christine Wannemacher, Dragica Mayer, Christa Körmer, Petra Gallee, Phiilipp Herndl, Herbert Matzka und Herbert Kipferling. Mediz. Masseure aus St. Georgen „Ges. mbH. Sanatorium Dr. Rupp": Julius Dengkeng, Eduard Rabanser. Mediz. Masseur i. LKH Feldkirch: Amann Konrad. Gewerbliche und medizinische Masseure: Wilhelm Dohmen, Behzad Fathivand, Johannes Kappel.
Info: Anmeldungen für das 2. Seminar werden ab sofort im Sekretariat entgegengenommen (siehe nebenstehenden Kasten).

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- und 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 u. 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: Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstraße 36

Kurskosten: € 300,– (€ 35,– Prüfungsgebühr) für Mitglieder, € 350,– (€ 35,– Prüfungsgebühr) für Nichtmitglieder
Quartierreservierung bitte direkt im Hause Skaric unter der Tel.-Nr. 02254/75141 mit Bezug auf ÖGS-VÖSM-Seminar selbst vornehmen!
VÖSM/ÖGS gilt als Erwachsenenbildungseinrichtung, somit sind Fortbildungen unter Beachtung der geltenden gesetzl. Bestimmungen förderungswürdig. Anfragen im Sekretariat. Siehe dazu auch Seite 11.
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM/ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875,
E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at

Ergonomie & Prävention 1

Schwerpunktthema GOLF. Der Golfsport und begleitende Therapie- und Trainingsmöglichkeiten im Hotel & Resort Dolomitengolf.

Ziel dieses Gesundheitsseminars ist es, umfassendes Wissen über unseren Körper zu vermitteln und optimierte Sportausübung zu ermöglichen. Die Kenntnis über die Belastungen im menschlichen Körper ermöglicht uns ein günstiges Verhalten im Alltag und bei der Sportausübung. Jeder Teilnehmer erhält ein Zeugnis über den Besuch des Seminars: „Ergonomie und Prävention 1".

Vorträge:
- Belastung des Bewegungsapparates
- Biomechanik der Wirbelsäule

Übungsprogramme:
- Vorbereitendes Training
- Aufwärmen

Biomechanische Analysen in Gruppen:
- Bewegung analysieren – Bewegung spüren
- Optimiertes Bewegen
- Der Bewegungsablauf

Termin: 29. April – 1. Mai 2005

Ort: 4-STERNE-GOLF-HOTEL
& RESORT DOLOMITENGOLF,
A-9900 Lavant bei Lienz/Osttirol (siehe Seite 2)

Referent: Dr. Christian Haid

Kursbeginn: Samstag 10.00 Uhr, Sonntag 9.00 Uhr
Insgesamt 12 Unterrichtseinheiten, Golfen extra

Kosten: für Mitglieder € 435,– im Luxus-DZ,
€ 455,– im EZ,
für Nichtmitglieder € 455,– im Luxus-DZ,
€ 475,– im EZ,
Die Kursteilnehmer sind im 4-Sterne-Hotel einquartiert (Halbpension, Benützung des hoteleigenen Wellness-Bereiches mit Sauna, Dampfbad, Fitnessraum sowie ein „Welcome-Geschenk").
Weiters besteht die Möglichkeit zum Golfen/ Drivingrange (unbegrenzt).

Anmeldungen: Ab sofort bis spätestens 18. April 2005 bei der Österr. Gesellschaft für Sportphysiotherapie, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder e-mail: *oegs-voesm@kabsi.at*
Anmeldung gilt erst nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der ÖGS bei der CA-BA, BLZ 11000, Kto. Nr. 01783563800 oder direkt bei Hotel & Resort Dolomitengolf, Am Golfplatz, A-9900 Lavant b. Lienz/Osttirol, Tel. 0043/4852-61122, Fax 61122444, E-Mail: *info@hotel-dolomitengolf.com,* Internet: *www.hotel-dolomitengolf.com*

Erfolgsteam: Die österr. Mannschaft beim Einmarsch in Innsbruck

Winteruniversiade '05

Innsbruck/Seefeld. Studentische Spitzenathleten mit Rekorderfolgen.

Mit mehr als 2.300 Teilnehmern, davon 1.500 aktive Athleten aus 50 Nationen und mit 69 Medaillenbewerben wurde bei der vom 12. bis 22. Jänner 2005 abgehaltenen Winteruniversiade Innsbruck/Seefeld ein Teilnehmerrekord verbucht. Sowohl die Zahl der studentischen Athleten betreffend, als auch die teilnehmenden Nationen. Damit wurde das Universiade-Sport-Wettkampf-Programm auf eine neue Ebene gehoben.
Auch das österreichische Universiade-Team war in jeder Beziehung durch Rekorde gekennzeichnet: Das mit 128 Teilnehmern – davon 95 Athleten und 33 Offizielle, Betreuer, Trainer sowie drei Physiotherapeuten – bisher zahlenstärkste Universiade-Team in der Geschichte des österreichischen Universitätssportes errang 21 Medaillen (zehn Gold-, neun Silber- und zwei Bronzemedaillen) und lag damit auch an der Spitze der Nationen-Medaillenwertung.
Dieses großartige Abschneiden der österreichischen studentischen Spitzensportler mit insgesamt 21 Medaillen bei der „Heim-Universiade" muss als sensationell und geradezu als „einmalig" bezeichnet werden. Großen Anteil hatten daran die drei Sportmasseure – Harry Bärenthaler, Mag. Hannes Patek und Mag. Eva Wokatsch –, die die studentischen Athleten rundum bestens betreuten. Auf eine weitere gute Zusammenarbeit bei den nächsten Universiaden – in diesem Jahr noch die Sommeruniversiade in Izmir/Türkei und 2007 die Winteruniversiade in Turin sowie die Sommeruniversiade in Bangkok!

Dr. Wolf Frühauf, Leiter der österr. Delegation, „Universiade-Team Austria"

Auf Erfolgskurs: 21 Medaillen für Österreich – absoluter Rekord

4. BREUSS-DORN-FLEIG-Seminar
Heilen über die Wirbelsäule
Ausrichten der Wirbelsäule

Termin: 24. – 26. Juni 2005
Referent: Dr. Harro Danninger; Arzt für Allgemeinmedizin, Lehrbefugter für die Methode Dorn & Breuß, Chiropraktik, Homöopathie, Energiearbeit
Kurszeiten:
Freitag, 24. Juni von 18.00 – 21.00 Uhr
Samstag, 25. Juni von 9.00 – 13.00, 14.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 26. Juni von 9.00 – 13.00 Uhr (Insg.16 Std.)
Ort: Hotel Herzoghof, 2500 Baden b. Wien, Kaiser Franz Ring 10
Quartier: auf Anfrage
Kursgebühr: Mitglieder € 250,–, Nichtmitgl. € 290,–
Anmeldungen: Ab sofort bei der VÖSM, 2344 Ma. Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Einzuzahlen bei der VÖSM, PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141
Wegen der großen Nachfrage und der max. Teilnehmerzahl von 22 Personen wird darauf aufmerksam gemacht, dass die Anmeldung erst nach Einzahlung der Kursgebühr ihre Gültigkeit hat.

Fortbildungsseminar
Funktionelle Verbände, Tapen
für Anfänger und Fortgeschrittene

Anfänger beginnen am Samstag und arbeiten mit den Fortgeschrittenen am Sonntag dann weiter bis Kursende!

Termin: 2. – 3. Juli 2005
Für Anfänger:
Beginn: Samstag, 2. Juli 2005, 9.00 – 18.00 Uhr
Für Fortgeschrittene:
Beginn: Sonntag, 3. Juli 2005, 9.00 – 17.00 Uhr
für Teilnehmer vom Samstag und für Fortgeschrittene
Referent: Dieter Slavik, Sporttherapeut/Sportmasseur
Kursort: Sportzentrum Skarics, Bahnstraße 36, 2483 Ebreichsdorf, Telefon 02254/75141
Kurskosten: für beide Tage (Samstag und Sonntag):
Für Mitglieder: € 130,–, für Nichtmitglieder € 160,–
Für Fortgeschrittene (nur Sonntag):
Für Mitglieder: € 80,–, für Nichtmitglieder € 100,–
Anmeldung: Gilt erst nach Einzahlung bis ein Monat vor Kursbeginn des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM bei der PSK BLZ 60000 Kto.Nr. 92094141. Zahlschein zum Kursantritt bitte mitnehmen!

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: 25. Juni 2005
Zeit: 9.00 – 16.30 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 bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141

Präparierkurs
Praktische Anatomie
für Masseure und Dipl. Physiotherapeuten

Erstmalig besteht nun die Möglichkeit, am Anatomischen Institut in Wien an einem eigens für Masseure und Dipl. Physiotherapeuten veranstalteten Präparierkurs teilzunehmen, wo Sie selbst unter Anleitung mit Skalpell und Pinzette Muskeln, Gefäße und Nerven an den Extremitäten „herauspräparieren“ können.
An vier aufeinanderfolgenden Abenden werden an Arm und Bein zunächst die oberflächigen Strukturen und dann die in der Tiefe befindlichen Muskeln und großen Leitungsbahnen freigelegt. Wer selbst nicht „Hand anlegen“ möchte, kann auch bloß zusehen, wie fachkundig „vorseziert“ wird. Den unschätzbaren Gewinn, Anatomie wirklich dreidimensional zu erfahren, sollte sich niemand, der am Menschen arbeitet, entgehen lassen!

Termine: 1. Teil: **30. Mai 2005** • 2. Teil: **31. Mai 2005**
3. Teil: **1. Juni 2005** • 4. Teil: **2. Juni 2005**
Zeit: jeweils von 18.00 – 21.00 Uhr
Ort: Anat. Institut, 1090 Wien, Währinger Gürtel 13
Referent: Dr. Johann Wilde, Facharzt für Anatomie
Kurskosten: für Mitglieder der VÖSM-ÖGS € 220,–, für Nichtmitglieder € 260,– (für alle 4 Teile)
Anmeldung: ab sofort bei der VÖSM-ÖGS unter Telefon u. Fax 02236/865875
E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*
Anmeldungen gelten nur nach Einzahlung der Kurskosten auf das Konto der VÖSM bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141.

Fortbildungsseminar
O.M.T. – Osteopathische Mobilisationstechniken

Inhalte: I.) Befunderhebung von funktionellen Störungen am Bewegungsapparat. Wobei hier auf die Fortleitung von Traumata über die gesamten Bewegungsketten verstärkt eingegangen wird. **II.)** Mobilisationstechniken für Hand, Ellbogengelenk, Schulter, Schultergürtel, Fußwurzel, Sprunggelenk, Knie, Hüfte, Becken, Halswirbelsäule, Brustwirbelsäule, Lendenwirbelsäule. **III.)** Mobilisierendes Arbeiten an myofascialen Strukturen zur Wiederherstellung der Gleitebenen zwischen den Gewebeschichten.

Termin: Herbst 2005
Das Fortbildungsseminar kann nur im Gesamten gebucht werden.
Kurszeiten: Samstag 9.00 – 12.00, 14.00 – 18.00 Uhr
Sonntag 9.00 – 14.00 Uhr
Kursort: Sportzentrum Skarics, Bahnstr. 36, 2483 Ebreichsdorf, Tel. 02254/75141
Quartier: Im Sportzentrum Skarics möglich, bei Bedarf bitte unter obiger Tel.-Nr. selbst reservieren!
Kurskosten: Für Mitgl. € 250,–, Nichtmitgl. € 300,–
Referent: Prim. Dr. Andreas Kainz
Anmeldungen: bei der ÖGS, Johann Steinböck-Str. 5, 2346 Südstadt, Tel. und Fax 02236/865875, E-Mail: *office@sportphysiotherapie-sportmassage.at*

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 • 11. bis 18. Juni 2005
2. Kurs – Therapiekurs • 19. bis 26. Juni '05
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 bei der PSK BLZ 60000 Kto.Nr. 92094141

Fortbildungslehrgang
Manipulativmassage

nach Dr. Terrier

Termin: 1. Kursteil: 4. – 7. August 2005
Inhalte: HWS, BWS, Schultergelenk, Schultergürtel, Ellbogengelenk, Handgelenk, Fingergelenk
Stundenanzahl: 35 UE á 45 Minuten
2. Kursteil: 24. – 27. November 2005
Inhalte: LWS, Hüft-, Knie-, Sprunggelenk, Mittelfuß
Stundenanzahl: 35 UE à 45 Minuten
Referent: Dr. Mathias SCHMIDT
Staatlich gepr. Masseur u. med. Bademeister sowie seit 1998 Doktor der Humanmedizin. Als Mitglied der „Intern. Arbeitsgemeinschaft für Manipulativmassage e.V." (I.A.F.M.) ist er seit 1991 von Dr. Terrier autorisiert, als Instruktor Lehrgänge in dieser Methode abzuhalten.
Kursort: Sportzentrum Skarics, Bahnstraße 36, 2483 Ebreichsdorf, Telefon 02254/75141
Quartier: Im Sportzentrum Skarics möglich. Zimmer mit Bad und WC, Nächtigung mit Frühstück. Reservierung bitte unter 02254/75141 selbst vornehmen!
Kursbeitrag: Der Fortbildungslehrgang kann nur im GESAMTEN gebucht werden!
Für Mitglieder € 600,–, für Nichtmitglieder € 690,–
Anmeldung: Ab sofort bei der VÖSM-ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875, E-Mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

CranioSacral Therapy®

www.upledger.at

CranioSacral Therapy® I Einführungskurse
» Wien.....16.06. – 21.06.2005
» Salzburg.....26.09. – 01.10.2005
» Linz.....17.10. – 22.10.2005
» Velden.....07.11. – 12.11.2005

Viszerale Manipulation I Einführungskurse
» Innsbruck.....30.05. – 04.06.2005

Osteopathische Techniken
» Linz [Spinale Mobilisation]....22.02. – 27.02.2005
» Graz [muscle energy].....08.05. – 13.05.2005
» Wien [strain-counterstrain] ...28.11. – 03.12.2005

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

2005/2006

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

VÖSM

24. 04.2005 **Hypnose und Kommunikation**
Schnupperseminar
– Dr. Allan Krupka

05.-08.05.05 **Elektrotherapie – Spezialqualifikation für Heilmasseure – Kurs ausgebucht!**
– Dr. Lukas Trimmel

20.-22.05.05 **Sportmasseurausbildung 2004/2005**
– 8. Teil u. Praxis Vienna-City-Marathon

20.-22.05.05 **Lichtmeditation – Energetische Behandlung**
– Dr. Harro Danninger

25.-29.05.05 **Massage-Grundausbildung**
– Modul A1 für Anfänger

30.5.-02.6.05 **Präparierkurs** (Praktische Anatomie)
– Dr. Johann Wilde, Facharzt f. Anatomie

03.-05.06.05 **Sportmasseurausbildung 2004/2005**
– 9. Teil

11.-26.06.05 **Manuelle Lymphdrainage ML/KPE**
Basiskurs und Therapiekurs
– Günther Bringezu/D

24.-26.06.05 **Breuss-Dorn-Fleig-Seminar – Wirbelsäule Grundkurs**
– Dr. Harro Danninger

25.06.2005 **Laseranwendung im Sport mit Ausbildung z. Laserschutzbeauftragten**
– Dr. M. Fuchsberger, Ing. A. Heltschl, H. Heltschl

25.06.2005 **Abschlussprüfung Sportmasseurausbildung 2004/2005**

02.-03.07.05 **Funktionelle Verbände, Tapen**
– Dieter Slavik

08.-10.07.05 **AMM-Kurs 1** (1. Teil „Die Meridiane“)
– Karl Scherz (TAO-Lehrbeauftragter)

08.-17.07.05 **Massage-Grundausbildung**
– Modul B1 (Teil 1)

15.-17.07.05 **AMM-Kurs 1** (2. Teil „Die Meridiane“)
– Karl Scherz (TAO-Lehrbeauftragter)

04.-07.08.05 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**
– Dr. Mathias Schmidt/D (1. Teil)

26.8.-4.9.05 **Massage-Grundausbildung**
– Modul B2 (Teil 2)

24.-25.09.05 **Neustart der Sportmasseurausbildung**
– 1. Teil

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

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

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

24.-27.11.05 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**
– Dr. Mathias Schmidt/D (2. Teil)

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

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

ÖGS

29.4.-1.5.05 **GOLF-Seminar**
– Dr. Christian Haid

18.-19.06.05 **Applied Kinesiology** (Einführung für Ärzte und Physiotherapeuten)
– Dr. Ivan Ramsak

23.-25.09.05 **Applied Kinesiology**
(Manuelle Medizin 1/MU
für Ärzte und Physiotherapeuten)
– Dr. Ivan Ramsak

Herbst '05 **O.M.T.-Seminar**
– Prim. Dr. Andreas Kainz

Herbst '05 **Fascientechniken für Diplomierte Physiotherapeuten**
– Dr. Georg Harrer

Herbst '05 **Ausbildung für Lehraufgaben für Heilmasseur**
– Gem. § 30, 37 und § 57 MMHmG

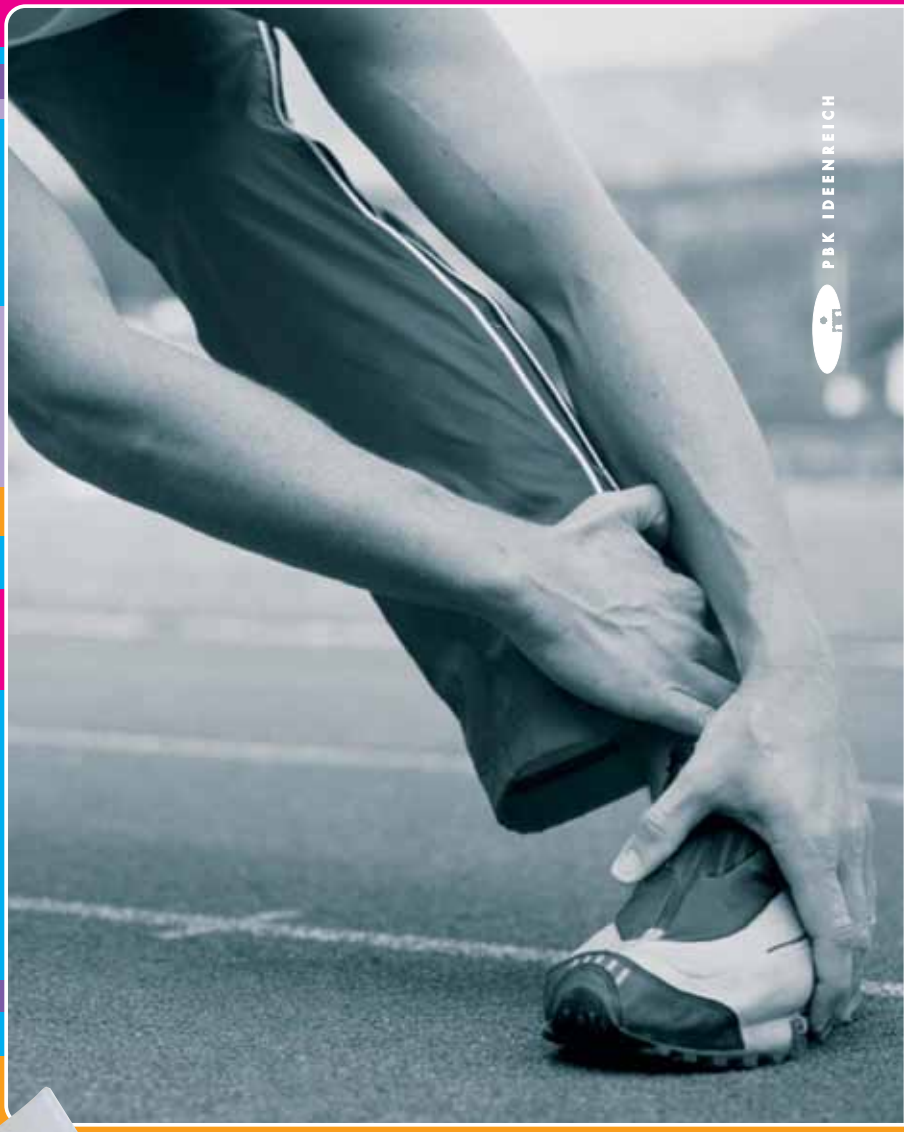
08.-11.12.05 **Elektrotherapie – Spezialqualifikation für Heilmasseure**
– Prim. Doz. Dr. Thomas Bochdansky, Dr. Lukas Trimmel

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

Neustart der Ausbildung SPORTTHERAPIE
für Dipl. Sportmasseure ab September 2005
Anmeldungen ab sofort bei der VÖSM und ÖGS

Master of Science in Sportphysiotherapie
Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS) zusammen mit der Donau-Universität Krems · Beginn: Sommersemester 2005
Informationen: Österr. Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), Telefon u. Fax 02236/865875
E-Mail: office@sportphysiotherapie-sportmassage.at oder silvia.kollos@gmx.at

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



– das Schmerzpflaster

bei Sportverletzungen, Muskelschmerz und Verspannung

Fragen zu **Flector® EP Pflaster** beantwortet Ihnen gerne:
Mag. Christina Pichler: Telefon: 01/80104 - 2533 oder
per e-mail: christina.pichler@sanova.at

Sanova
Gesundheit bewegt

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

www.flector.at