Verlags- und Versandpostamt 2344 Maria Enzersdorf

Jetzt: Aufschulung zum freiberuflichen Heilmasseur

sport physiotherapie

September 2003
14. Jahrgang • Heft 3

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

Eldrick „Tiger" Woods bei seinem Extrem-Durchschwung: Der beste Golfer der Welt und bestverdienende Sportler aller Zeiten muss einen hohen Preis für seine Sonderstellung zahlen – auch er hat große Probleme mit der Wirbelsäule

Golf-Seminar: Primarius Dr. Andreas Kainz und Dr. Christian Haid über Prävention und Therapie

Das Kreuz mit dem Golf-Schwung

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

BSO SERVICE IM SPORT

Probleme beim Sport?

(Golfen, Tennis, Fußball, Wandern, . . .)

BAUERFEIND
Bewegung erleben.

BAUERFEIND Bandagen helfen Ihnen!
vorbeugend – stützend – schmerzlindernd

EpiPoint® ist eine Stabilbandage zur gezielten und dosierten Kompression am Unterarm.

EpiTrain® ist eine Aktivbandage zur gezielten Kompression im Ellenbogenbereich (auch Golferellenbogen).

GenuTrain® ist eine Aktivbandage zur muskulären Stabilisierung und bewirkt eine Schmerzlinderung und Funktionsverbesserung des Kniegelenkes.

GenuTrain S® ist eine Aktivbandage mit seitlichen Gelenkschienen. Sie stabilisiert das Knie, ohne dessen Funktion zu beeinträchtigen.

MalleoTrain® ist eine Aktivbandage mit Stützfunktion des Sprunggelenkes.

LordoLoc® ist eine Stabilorthese zur Entlastung der Lendenwirbelsäule und besteht aus einem Gewirk mit Hebezuggurt.

LumboLoc® ist eine Stabilorthese mit entlastender Wirkung. Die anatomische Formstrickung gewährleistet eine individuelle Anpassung.

Erhältlich beim Bandagisten oder im Sanitätsfachhandel.
Für Produktauskünfte oder weiteren Fragen rufen Sie uns an.

BAUERFEIND GmbH.
Dirmhirngasse 68 – 74
1230 Wien

Telefon: 1 / 889 39 49
Telefax: 1 / 889 39 53
verkauf@bauerfeind.at
www.bauerfeind.com

Gesundes Spiel

Kein Zweifel – das Golf-Fieber hat auch Österreich erfasst. Bei den BA CA Austrian Open Anfang September im Golfclub Fontana kamen alleine zum Upwarming der Golf-Pros Colin Montgomerie, Nick Faldo oder Marcus Brier über 6.000 Zuschauer, dreimal so viel wie zu einem Bundesliga-Spiel der Admira in die Südstadt.

Der Golfsport entwickelt sich vom einst absolut elitären Gesellschaftsereignis zum finanzierbaren Breitensport für alle. 0,5 Prozent der Österreicher spielen inzwischen Golf, in Ländern wie England, USA, Kanada oder auch Schweden laufen derzeit über zehn Prozent der Bevölkerung dem kleinen weißen Ball hinterher. Eine Größenordnung, die auch Österreich erreichen wird.

In dieser Ausgabe widmen wir uns dem Trendsport Golf. Nicht, weil wir auf einen fahrenden Zug aufspringen wollen. Vielmehr geht es um ein volksgesundheitliches Problem: Jeder, ob alt oder jung, dick oder dünn, Sportler oder Bürohengst – jeder ist der Meinung, Golf spielt man mit links, ist eigentlich gar kein richtiger Sport. Eher ein gemütliches Spazierengehen in frischer Luft.

Tatsächlich sieht die Sache mit dem „Spazierengehen" so aus: 243 Muskeln werden beim Golfschwung beansprucht – so viele Muskelpartien wie kaum in einer anderen Sportart. Eine Statistik aus K. Biener „Sportunfälle" zeigt auf, dass 63 Prozent der beanspruchten Körperpartien die Wirbelsäule betrifft. Und: Welcher Golfer hat keine Probleme mit der Wirbelsäule?

ÖGS-Präsident Primarius Dr. Andreas Kainz und Dr. Christian Haid, Uni Innsbruck, widmen sich in dieser Ausgabe dem gesundheitlich/therapeutischen Aspekt beim Golfsport. Und das ÖGS/VÖSM-Golf-Seminar „Der Golfsport und begleitende Therapie- und Trainingsmöglichkeiten" Anfang Mai 2004 in Bad Tatzmannsdorf behandelt das Thema Golfsport und Gesundheit. Also: Auf ein gesundes „schönes Spiel",

Ihr

Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL/IMPRESSUM *Gesundes Spiel* **4 COVER** *Das Kreuz mit dem Golf-Schwung – Prävention und Therapie* **8 AUSBILDUNG** *Aufschulung nach dem MMGmG* **10 AKTIV** *Spinning-Marathon – Weltrekord im Berglauf* **12 FORTBILDUNG** *APM – Neue Heilmethode* **17 FORTBILDUNG** *23. Sportmasseur-Lehrgang erfolgreich abgeschlossen* **19 FORTBILDUNG** *Sportphysiotherapie/Sonderausbildung* **20 WEITERBILDUNG** *Fünf Seminar-Angebote* **22 TERMINE** *Kalender 2003/2004*

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) und Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), Johann Steinböck Straße 5, A-2344 Maria Enzersdorf/Südstadt, Telefon: 02236/8 658 75 oder 02236/2 68 33-400, Fax: 02236/2 68 33-401, eMail: oegs-voesm@kabsi.at, Internet: www.sportphysiotherapie-sportmassage.at
Redaktion: VÖSM – ÖGS, 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

Das Kreuz mit dem Golf-Schwung

Golf-Seminar I. Primarius Dr. Andreas Kainz über Arten der Verletzungs- und Therapie-Möglichkeiten im Golfsport.

Golf hat in den letzten Jahren deutlich an Beliebtheit zugenommen. Die Zahl der Golfspieler wächst und wächst, bald hat Golf auch anderen bekannten Sportarten den Rang abgelaufen. Früher oft belächelt und eher als „Altherrensport“ abgetan, zeigt sich bei näherer Betrachtung, dass Golf sehr wohl eine intensive Belastung an Körper, Kondition und Geist stellt. Aber vor den perfekten Schlag, vor die perfekte Golfrunde hat Gott das Üben gestellt. Jeder Golfer weiß beim ersten Male, wenn er den Schläger in der Hand hält und nach den Anleitungen seines Pros versucht, durch eigenartige Verwindungen des Körpers und mentale Beschwörungen mit dem viel zu kleinen Schlägerkopf den noch kleineren Ball zu treffen und ihn zum Fliegen zu bringen, ein Lied davon zu singen, welche Beschwerden sich am nächsten Tag eingestellt haben, bzw. welche Muskeln er dann gespürt hat, von denen er noch nicht einmal geahnt hat, dass diese in seinem Körper ihm zur Verfügung stehen.

Primarius Dr. Andreas Kainz

Aber auch wenn man intensive Zeit auf der Driving Range hinter sich gelassen hat (eigentlich sollte man ja immer wieder dahin zurückkehren), ist auch am Golfplatz das Leben nicht immer sicher und auch hier die verschiedensten Verletzungsmöglichkeiten gegeben. Betrachten wir die häufigsten Verletzungen im Golfsport, so sind das Muskelverletzungen, Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule (Lumbago), Verstauchungen der Hand, Kniedistorsionen, Verletzungen durch fliegende Golfbälle, Meniskusläsionen und Sehnenscheidenentzündungen.

Eine Statistik aus K. BIENER „Sportunfälle“ über die am meisten beanspruchten Körperregionen im Golfsport zeigt: 63% die Wirbelsäule, 21% der Schultergürtel, 11% der Ellbogen, 13% die Unterarme, 15% die Handgelenke, 20% der Beckengürtel, 3% die Fußgelenke und 3% das Gehirn.

Sportunfälle beim Golf entstehen durch die Anfälligkeit des Bewegungsapparates bei Drehbewegungen und Verwringungen sowie durch plötzliche Stoppbewegungen, wenn ein gut begonnener Schlag plötzlich im Erdreich endet.

Eines der bekanntesten Probleme des Golfspielers ist der sogenannte Golferellbogen oder die so genannte Epicondylitis medialis. Durch die Blockierung des Schlägerkopfes beim Schlag in die Erde wird eine Vorwärtsdrehung des Schafts bewirkt und es kommt zu einer Überstreckung des Handgelenkes und zu einer Zerrung der Beugemuskulatur am Ansatz im Ellbogenbereich.

Die Epicondylitis mediales ist eine Insertionstendopathie, die entweder durch ein falsches Bewegungsmuster, so wie es am Anfang jeder Golferkarriere besteht oder durch chronische Überlastung seinen Schlag, bzw. seine Schwung und durch das Hinausschießen hunderter von Bällen auf der Driving Range zu verbessern. Dabei kommt es an der Übergangszone zwischen Sehne und Knochen zu sogenannten Mikro- und Makroläsionen, zu einer Reizung der Noccizeptoren, wobei es in dieser Zone zu chemischen thermischen und mechanischen Reaktionen kommt, die dann von einem lang anhaltenden Kontraktionszustand der Muskulatur gefolgt sind. Diese lang anhaltenden Kontraktionszustände erzeugen einen Ischiämieschmerz, eine Freisetzung der Schmerzmediatoren, eine Herabsetzung des Stoffwechsels und damit eine Initialisierung der Schmerzspirale.

Therapie-Möglichkeiten, die beim Golf-Seminar in Bad Tatzmannsdorf ausführlich vorgetragen werden:

- Kryotherapie,
- Elektrotherapie
- Ultraschall
- Laser
- Techniken aus der Osteopathie.

Biomechanische Überlegungen zum Golf-Schwung

Golf-Seminar II. Dr. Christian Haid über die Phasen eines Drives – bei moderatem Krafteinsatz kein Problem.

Golf ist eine wunderschöne Sportart, die bei unterschiedlichen Wetterbedingungen im Freien durchgeführt werden kann. Es entstehen immer mehr Golfplätze, und die Zahl der Golfspieler nimmt ständig zu. Für Beobachter entsteht häufig der Eindruck, dass Golf einem Spaziergang entspricht, wobei von Zeit zu Zeit mehr oder weniger ungeschickt auf einen kleinen, meist weißen Ball eingeschlagen wird. Nicht selten hört man auch Formulierungen wie: „Golfer haben eine Kondition wie Messeverkäufer, sie stehen viel herum und müssen im richtigen Augenblick voll konzentriert zu sein."
Betrachtet man diese Sportart genauer, dann erkennt man die hohen Anforderungen, die diese Sportart an den Sporttreibenden stellt. Es bedarf einer guten Grundkondition, um die zu gehende Strecke zu bewältigen, und in all den, in dieser Zeit auftretenden unterschiedlichen Ermüdungszuständen, muss perfekte Bewegungskoordination gewährleistet sein. Der Anspruch im Golfsport ist daher nicht „maximale Kraftentfaltung", oder „maximale Leistung", sondern „perfekte Koordination", oder wie es im Golfsport genannt wird „perfektes Timing".

Dr. Christian Haid, Uni Innsbruck

Von Spitzengolfern und Golflehrern wird erklärt, dass für ein „gutes Golf" nicht unbedingt sehr weite Schläge notwendig sind. Viel wichtiger sind gerade Abschläge, gezielte Annäherungen und gelungene Putts. Und trotzdem, auch wenn der Drive nur für die „Show" ist, fast alle versuchen mit großem Krafteinsatz den Ball möglichst weit zu schlagen. Dabei verhindert dieser Krafteinsatz häufig das „Timing", und der Schlag fällt kürzer aus als hätte man nur ganz locker geschwungen.
Die Verletzungsgefahr und die häufigen Rückenbeschwerden stehen in engem Zusammenhang mit unkoordiniertem hohen Krafteinsatz und fehlendem „Timing". In diesem Beitrag wird auf die Funktion der Wirbelsäule beim Golfschwung eingegangen, um so zukünftige Überlastungen zu verhindern.

Die Phasen eines Golfschwunges

Der Golfschwung ist eigentlich ganz einfach, der Schläger wird in etwa auf einer Kreisbahn bewegt und soll im Moment des Ballkontaktes die selbe Stellung einnehmen, wie in der Ansprechposition. Beim Aufschwung sollen keine „unnötigen" Bewegungen gemacht werden, sodass die richtige Position im Durchschwung wieder erreicht werden kann.
Der Teufel liegt aber im Detail: Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, diese Bewegung durchzuführen. Wichtig ist, dass jeder Golfer für sich und seine körperlichen Eigenschaften jene Bewegung findet, mit der er am ehesten sein Bewegungsmuster wiederholen kann. Dies muss mit großer Genauigkeit gelingen, denn eine bisschen zu schnell gedrehte Hüfte führt zum „Slice", ein offenes Handgelenk ebenso, zu viel mit den Armen geschwungen führt zum „Hook" und ein zu früh auf das linke Bein verlagertes Körpergewicht garantiert einen „getoppten" Schlag. Jede „Outzone" und jeder Teich erhöhen drastisch die Wahrscheinlichkeit, dass wir ungewollt unser Bewegungsmuster verändern, das beim Probeschwung gerade noch so wunderbar gestimmt hat.

Der Aufschwung

Jede „unnötige" Bewegung macht es uns schwerer, die richtige Haltung im Augenblick des Ballkontaktes einzunehmen. Daraus schließen wir, dass ein möglichst ruhig wirkender Aufschwung eine günstige Zielvorstellung ist. Bei der Beobachtung von Spitzenspielern fällt uns auf, wie ruhig diese mit den Beinen und dem Becken während des Aufschwunges stehen. Also versuchen wir den Schläger auf einer Kreisbahn aufzuschwingen und gleichzeitig mit den Beinen und dem Becken möglichst ruhig zu bleiben. Bei dieser Bewegungsdurchführung verdrehen wir den Schultergürtel gegenüber dem Beckengürtel. Der Schläger wird eher flach „dem Boden entlang" nach hinten

geführt, der Schultergürtel dreht und die Arme werden gehoben (auf die vielen Details, wie z. B. die Bewegung der Handgelenke während des Aufschwunges, wird an dieser Stelle nicht eingegangen).
Es wird vorausgesetzt, dass der Sporttreibende keine schweren Verletzungen oder Erkrankungen hat, und dass er zur Drehbewegung im Oberkörper fähig ist. Für Personen mit früheren Bandscheibenverletzungen muss die Bewegungsdurchführung und die Möglichkeit der Veränderung des Golfschwunges detailliert besprochen werden. Dies kann jedoch nicht im Rahmen des vorliegenden Artikels geschehen. Es muss uns klar sein, dass das Ausmaß der möglichen Drehbewegung altersabhängig ist, dass ältere Spieler ihren Schwung ihrem

Tiger Woods beim Durchschwung: Extreme Belastung für die Wirbelsäule

Bewegungsausmaß anpassen müssen. Der Versuch, dem älteren Golfer einen Golfschwung mit deutlicher Rotationsbewegung in der Wirbelsäule à la Tiger Woods aufzuzwingen, führt zu Schäden an der Wirbelsäule!
Die Belastungen, die im Rahmen des Aufschwunges in der Wirbelsäule auftreten, sind für eine gesunde Wirbelsäule unbedenklich. Die Bewegung ist ruhig und gleichmäßig, das Bewegungsausmaß hält sich im Rahmen der physiologischen Bewegungsmöglichkeit. Wir haben aufgeschwungen oder, wie es auch heißt, „ausgeholt“ und beginnen mit dem Durchschwingen. Leider sagen wir auch „Golfschlag“ und verhalten uns in diesem Augenblick häufig dementsprechend. Wir glauben „schlagen“ zu müssen, setzten Kraft ein, anstatt den Schläger während des Durchschwingens einfach „nicht zu behindern“. Wir arbeiten mit Krafteinsatz und müssen daher die Belastungen der Wirbelsäule in der gegebenen Haltung diskutieren.
Der Abschwung beginnt in einer rotierten Stellung des Oberkörpers. Die einzelnen Wirbelkörper sind daher gegeneinander verdreht. Das ist eine Stellung, der aus anatomisch physiologischer Sicht besonderes Augenmerk zu schenken ist. Aus diesem Grund erklären wir an dieser Stelle die Anatomie der Wirbelsäule unter besonderer Berücksichtigung der Drehbewegung:

Die Wirbelsäule

Die Wirbelsäule besteht aus den Wirbelkörpern, den Bandscheiben, Bändern und Kapseln.
Die an den Wirbelkörpern angelagerten Wirbelgelenke wirken als letzte Einschränkung bei Rotationsbewegungen. Die Hauptaufgabe der Bewegungssteuerung zwischen zwei Wirbelkörpern kommt den äußeren Fasern der Bandscheibe zu, besonderen Einfluss hat die Bandscheibe auf die Rotationsbewegung zwischen Wirbelkörpern.

Drehbewegung zwischen zwei Wirbelkörpern

Wir verdrehen zwei Wirbelkörper gegeneinander. Dabei spannen sich die schräg verlaufenden Fasern. Bei einer Drehbewegung des oberen Wirbelkörpers im Uhrzeigersinn, spannen sich jene Fasern des Anulus fibrosus, die von links oben nach rechts unten ziehen. Die Ausbauchung der Bandscheibe verringert sich beim Verdrehen. Der Druck im Nucleus pulposus steigt und spannt die Anulusfasern. Er wirkt somit gegen die Rotationsbewegung.
Die Rotationsbewegung wird daher durch die Bandscheibe beeinflusst. Erst bei sehr kräftigem Verdrehen wirken die Wirbelgelenke als „Anschlag“. Bei der Einwirkung von großen Kräften auf die Wirbelsäule in rotierter Stellung, sind die Bandscheiben durch ihre „Doppelfunktion“ besonders gefährdet. Die Fasern des Anulus fibrosus sind durch die Rotation belastet und müssen zusätzlich den Krafteinwirkungen stand halten.

Der Abschwung

Mit rotierter Wirbelsäule ziehen wir die Arme nach unten und leiten die Drehbewegung des Oberkörpers ein. Dies ist ein sehr komplexes Bewegungsverhalten. Den Körper stabilisieren wir durch Muskelspannung.
Je schneller wir die Bewegung durchführen wollen, um so stärker müssen wir die gesamte Rumpfmuskulatur anspannen. Dabei kommt es auch zu exzentrischen Muskelbelastungen. Die Muskelkräfte sind bei dieser Belastungsform besonders hoch und es entstehen große Kräfte.
In dieser Phase des Schwunges wirken daher enorme Belastungen auf die Wirbelsäule. Wie oben erläutert, ist bei Rotationsbewegungen die Bandscheibe beson-

ders gefährdet, da nur ein Teil der schräg verlaufenden Fasern des Anulus fibrosus gespannt ist. Die eine Hälfte der Fasern wird durch die Rotationsbewegung gespannt, die andere Hälfte der Fasern, die schräg in die Gegenrichtung wirken, werden entspannt. Daher ist in dieser Belastungssituation gewissermaßen nur die Hälfte der Fasern im Einsatz, um die mechanische Festigkeit der Wirbelsäule herzustellen.
Sehr viele Muskeln sind bei der Durchführung dieser Bewegung beteiligt. Die Koordination der Muskelgruppen ist von enormer Bedeutung. Der vermehrte Krafteinsatz beim Golfschwung muss daher langsam aufgebaut werden. Nur wenn alle Muskelgruppen richtig aufeinander abgestimmt arbeiten, können lokale Überlastungen vermieden werden.
Eine besondere Gefahr besteht, wenn zu viel Boden getroffen wird. Im Golf heißt das, einen Schlag „fett" spielen. Wird das bewusst gemacht, dann reagiert der Körper richtig, der Spieler weiß ja, was auf ihn zukommt. Passiert das dem eher ungeübten Golfer unabsichtlich, dann entsteht im Körper eine hohe exzentrische Muskelkraftkomponente. Die Muskelkraft ist dann bis zu 30 % größer als die isometrische Maximalkraft. Es können leicht Schäden an Muskeln, Bändern und Knochen entstehen.

Der Durchschwung

Das wichtigste im Golfsport ist, den Schläger möglichst frei schwingen zu lassen. Dazu wird z.B. häufig das linke Bein etwas aufgedreht. Jeder Spieler kann an sich selbst beobachten, wie er sich verhalten muss, damit der Schläger möglichst ungebremst am Körper vorbei schwingen kann. Gelingt das, dann erzielt man mit geringem Krafteinsatz großartige Weiten. Der Aufgabe des „freien Schwingens" sollte besonderes Augenmerk geschenkt werden! So zu schwingen garantiert schöne Schläge bei minimierter körperlicher Belastung.

Sechs Tipps: Worauf es beim Golf-Schwung ankommt

- Der richtige Golfschwung, mit moderatem Krafteinsatz, erzeugt keine schädlichen Belastungen.
- Fehlerhaft und gefährlich ist es, wenn der Schwung nicht ruhig durchgeführt sondern mit Krafteinsatz „gerissen" wird.
- Die Bewegungen eines Spielers bei seinem Schwung müssen seinem physiologischen Bewegungsumfang entsprechen. Altersabhängig verändert sich der mögliche Bewegungsumfang.
- Die durch Vorgabe eines „optimierten Schwunges", in Anlehnung an sportliche Vorbilder erzwungene vergrößerte Drehbewegung, schädigt die Wirbelsäule.
- Der Krafteinsatz im Golfsport darf nur langsam gesteigert werden. Das ist besonders beim Training Jugendlicher zu beachten.
- Hoher Zeitaufwand ist für koordinatives Training aufzuwenden.

Das Golf-Seminar
in Bad Tatzmannsdorf

Der Golfsport u. begleitende Therapie- u. Trainingsmöglichkeiten (mit Schnupperstunden und Greenfee)

Termin: 1. – 2. Mai 2004
Ort: STEIGENBERGER GOLF & THERMAL HOTEL, 7431 Bad Tatzmannsdorf
Referenten: Prim. Dr. Andreas Kainz, Dr. Christian Haid, DPT Christine Schober
Kursbeginn: Samstag 10.00 Uhr, Sonntag 9.00 Uhr
Insgesamt 15 Unterrichtseinheiten, Golfen extra
Kurskosten: für Mitglieder € 240,–, für Nichtmitglieder € 290,–
Im Kursbeitrag sind inkludiert: 2 Tage Vollpension mit Benützung der hoteleigenen Thermalbadelandschaft mit Innenpool und zwei Außenpools, Whirlpool, Sauna, Dampfbad, Fitnessraum und Seminarvorträge sowie Welcome-Geschenk.
Für Kursteilnehmer besteht die Möglichkeit zum Golfen mit ermäßigtem Greenfee!
Anmeldungen: Ab sofort bis spät. 15. März 2004 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

Das Steigenberger Golf & Thermalhotel, direkt am Golfplatz, ist eine luxuriöse Wohlfühladresse der Extraklasse. Liebevolle Details und weite Räume vermitteln eine beruhigende und entspannende Urlaubsstimmung. Elegante und ansprechende Zimmer und Suiten mit Balkon oder Terrasse bieten einen einmaligen Blick auf die 27-Loch-Golfanlage. Ob Aktivität oder Entspannung, Erlebnis oder kulinarisches Vergnügen – Sie entscheiden sich für Ihren individuellen Urlaubstraum.

Wir erfüllen alle Ihre Urlaubswünsche:
- ***** Steigenberger Golf & Thermalhotel
- **** Steigenberger Avance Hotel „All Inclusive Unlimited"
- 27-Loch-Golfanlage mit der David Leadbetter Golf Academy
- Racket Center mit 4 Hallen-, 4 Freiplätzen, Squashbox und der Tennis Academy
- Gesundheitsabteilung „Merkur Recreation"
- Beauty Vital Kosmetik Studio
- Lauf & Walking Arena Bad Tatzmannsdorf

STEIGENBERGER RESORT BAD TATZMANNSDORF
STEIGENBERGER GOLF & THERMALHOTEL BAD TATZMANNSDORF

AUFSCHULUNG

zum freiberuflichen Heilmasseur

Begriffsbestimmung zum MMHmG

RECHTSGRUNDLAGEN BIS 31.03.2003 „Heilmasseur/Heilbademeister“
AB 01.04.2003 „Medizinischer Masseur“ (Med. Bademeister)

Mit der Aufschulung von 800 Stunden und Ablegung einer kommissionellen Prüfung:
HEILMASSEUR – FREIBERUFLICHER

**Beachten Sie bitte beim Lesen unserer Inhalte die angeführten Begriffsbestimmungen.
Bei richtiger Verwendung, ergibt sich das gewünschte Berufsbild.**

MEDIZINISCHER MASSEUR – AUFSCHULUNG HEILMASSEUR

Heilbademeister/Heilmasseur (alt)

Berufsberechtigung per 01.04.2003
Medizinischer Masseur (Med. Bademeister)

Aufschulungsmodul (800 Stunden)
(§ 52 MMHmG)

Kommissionelle Abschlussprüfung
HEILMASSEUR – FREIBERUFLICHE BERUFSAUSÜBUNG

Übergangsbestimmungen

Personen, die zum Zeitpunkt des In-Kraft-Tretens dieses Bundesgesetzes eine Berufsberechtigung als „Heilbademeister und Heilmasseur“ gemäß dem MTF-SHD-G, BGBl.Nr. 102/1961, besitzen, sind zur Ausübung des Berufes des medizinischen Masseurs und zur Ausübung der Spezialqualifikation der Hydro- und Balneotherapie und zur Führung der Berufsbezeichnung „Medizinischer Masseur“/„Medizinische Masseurin“ und Zusatzbezeichnung in Klammer („Medizinischer Bademeister“/„Medizinische Bademeisterin“) berechtigt.

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

Die theoretische Ausbildung umfasst einen theoretischen Unterricht in der Dauer von 720 Stunden in folgenden Fächern:
1. Recht und Ethik
2. Anatomie und Physiologie
3. Pathologie
4. Hygiene und Umweltschutz
5. Erste Hilfe
6. Allgemeine Physik
7. Kommunikation
8. Dokumentation
9. Massagetechniken zu Heilzwecken

Im Rahmen der theoretischen Ausbildung sind praktische Übungen ohne Patientenkontakt im Ausmaß von 80 Stunden im Fach „Massagetechniken zu Heilzwecken“ durchzuführen.

Dipl. medizinisch-technische Fachkräfte

Berufsberechtigung per 01.04.2003
Medizinischer Masseur/in (Med. Bademeister/in)
+ Elektrotherapie

Aufschulungsmodul (800 Stunden)
(§ 52 MMHmG)

Kommissionelle Abschlussprüfung
HEILMASSEUR – FREIBERUFLICHE BERUFSAUSÜBUNG

Personen, die zum Zeitpunkt des In-Kraft-Tretens dieses Bundesgesetzes eine Berufsberechtigung als „diplomierte medizinisch-technische Fachkraft“ gemäß dem MTF-SHD-G besitzen, sind auch zur Ausübung des Berufes des medizinischen Masseurs sowie zur Ausübung der Spezialqualifikation der Hydro- und Balneotherapie sowie Elektrotherapie und zur Führung der Berufsbezeichnung „Medizinischer Masseur“/„Medizinische Masseurin“ und der Zusatzbezeichnung in Klammer („Medizinischer Bademeister“/„Medizinische Bademeisterin“) berechtigt.

Im Rahmen der Berufsausübung als med. Masseur sind MTF auch zur Ausübung der Spezialqualifikation der Elektrotherapie und zur Führung der Zusatzberechtigung „Elektrotherapie“ in Klammer berechtigt.

GEWERBLICHER MASSEUR
(Medizinischer Masseur)

OHNE 6-JÄHRIGER PRAXIS

Aufschulungsmodul (800 Stunden)
(§ 52 MMHmG)

Kommissionelle Abschlussprüfung
HEILMASSEUR – FREIBERUFLICHE BERUFSAUSÜBUNG

Die VÖSM und ÖGS bieten sämtliche Zusatzkurse in verschiedenen Massagetechniken (wie Lymphdrainage, Fußreflexzonenmassage, APM, Bindegewebs-Massage, Segmentmassage) als Einzelseminare an!

Voraussetzungen:
- Zeugnis (alt) „HeilbademeisterIn und HeilmasseurIn“
- Staatsbürgerschaftsnachweis
- Passfoto

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

Dauer:
800 Stunden

Qualifikation:
- Staatlich anerkanntes Zeugnis

Ort:
Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstr. 36

Termine:
- 15. – 16. November 2003
- 29. – 30. November 2003
- 06. – 07. Dezember 2003
- 20. – 21. Dezember 2003
- 10. – 11. Jänner 2004
- 24. – 25. Jänner 2004
- 07. – 08. Feber 2004
- 28. – 29. Feber 2004
- 13. – 14. März 2004 Anatomisches Inst. Innsbruck
- 27. – 28. März 2004
- 03. – 04. April 2004
- 17. – 18. April 2004
- 01. – 02. Mai 2004
- 20. – 23. Mai 2004
- 10. – 13. Juni 2004
- 19. – 20. Juni 2004

– Sommerpause –

- 11. – 12. September 2004
- 25. – 26. September 2004
- 09. – 10. Oktober 2004
- 23. – 26. Oktober 2004
- 06. – 07. November 2004
- 20. – 21. November 2004
- 04. – 05. Dezember 2004

Kommissionelle Abschlussprüfung im **Jänner 2005** (genauer Termin wird noch bekanntgegeben).

Kosten: € 3.600,–
(Auch in Teilzahlungen nach Vereinbarung möglich!)

Anmeldung:
VÖSM-ÖGS, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875, e-mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

VÖSM und ÖGS erhalten den Status „Erwachsenenbildung“

Das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur hat mit Schreiben vom 13. August 2003 festgestellt, dass es sich bei der VÖSM und ÖGS um eine Einrichtung handelt, die Erwachsenenbildung im Sinne des § 1, Abs. 2 des Bundesgesetzes über die Förderung der Erwachsenenbildung betreibt. Somit werden berufsspezifische Weiterbildungen gefördert, nicht jedoch Ausbildungen.
Voraussetzung sind ein aufrechtes Dienstverhältnis und der Besuch eines berufsspezifischen Weiterbildungskurses. Nach der derzeitigen Gesetzeslage gelten für Niederösterreich, dass mindestens € 70,– selbst zu tragen sind und ein Hauptwohnsitz seit mindestens zwölf Monaten vor Antragstellung in Niederösterreich besteht. Die Höhe der Förderung beträgt 50 % der Kurskosten, höchstens aber € 150,– pro Kurs. Die max. Förderung pro Person beträgt € 440,– jährlich. Für weitere Informationen steht die Abteilung „Allgemeine Förderung des Amtes der NÖ. Landesregierung“ auch in den jeweiligen Bundesländern zur Verfügung. Bitte erwähnen Sie, dass Sie bei einem qualifizierten Bildungsträger (VÖSM und ÖGS) ein Weiterbildungsseminar besuchen. INFO auch über Internet möglich.

Die Beihilfe wird nach Vorlage aller erforderlichen Unterlagen (Gemeindebestätigung, Bestätigung des Dienstgebers und des Kursinstitutes, Einzahlungsbeleg etc.) und das vollständig ausgefüllte Antragsformular an die/den Antragsteller/in ausbezahlt. Auf die Gewährung des NÖ. Kurskostenbeitrages besteht jedoch kein Rechtsanspruch.
Weiters sind sämtliche Weiterbildungsseminare auch vom AMS bildungsgefördert. Ansuchen sind auch dort jeweils zu stellen.
Über weitere Förderungsmöglichkeiten werden wir Sie laufend informieren. Für eventuelle Anfragen steht Ihnen das Sekretariat der VÖSM und ÖGS, Herr Kipferling oder Frau Janko, zur Verfügung.

Weltrekord

Triathlet aus Oberösterreich: In 24 Stunden 12.100 Höhenmeter bei 145 km Berglauf mit Ortho-Sport und Sportphysiotherapie-Betreuung.

Der oberösterreichische Förster Hubert Gantioler schaffte eine neue Weltbestzeit im 24-Stunden Berglauf. Im eigenen Revier lief der 40jährige jeweils 12.100 Höhenmeter hinauf und hinunter. Es war nicht nur die physische Leistung, die beeindruckte – sensationell auch der Erfolg der medizinisch-physiotherapeutischen Betreuung und Ausstattung durch Ortho-Therapia®Sport. Die Füße hatte Hubert zwei Stunden vor dem Start mit JH-Japan.Heilpflanzen-Fußcreme eingecremt. Nach zwölf Stunden Laufzeit wurden die Socken gewechselt, die Füße mit Ortho-Therapia®Fit-Fluid abgewaschen und gekühlt, die Füße und Waden erneut mit JH-Creme versorgt.

SPM Fritz Stranz (VÖSM) bearbeitet die Weltrekordbeine von Hubert Gantioler

Erfolg: Nach 24 Stunden Laufen in z.T. sommerlicher Hitze waren die Füße ohne Blasen, Schwielen oder Rötungen!

Die angehende Sport-Physiotherapeutin Aimes Kurz nahm ihre Aufgabe sehr ernst und betreute den Rekordläufer die letzten 18 Stunden ohne Pause. Sie war von der Qualität der Fußcreme genauso begeistert wie von dem neuen Massageöl Echoran® mit AloeVera. Gantiolers Muskulatur blieb die gesamte Zeit krampffrei. Zur Kühlung wurde zusätzlich Physiko Balsam K in die Beine eingerieben.

Als Energieergänzung verließ er sich auf die Ortho-Vitalstoffmischungen „Sport-Basis“ und das Wundermittel „Sport-Konzentration“.

Zum Abdecken seines Flüssigkeits- und Elektrolytbedarfes trank der Weltrekordläufer neben reinem Quellwasser über zwölf Liter „L’acqua di Coco“. Dank dieses äußerst verträglichen, natürlichen isotonischen Getränkes und der Vitalstoffkapseln nahm dieser Ausnahmeathlet bei der Tortur nur „ein“ Kilo ab. Dieser Weltrekord war sowohl für den Athleten, als auch für Ortho Therapia Sport ein Meilenstein.

Ein Unternehmen stellt sich vor:

TechMed Labor GmbH
Saalachstrasse 92
5020 SALZBURG

VITAMINS & HERBALS ORTHO Therapia® SPORT

Um die weltweiten Erfahrungen mit Vitalstoffen (Vitamine, Spurenelemente, pflanzliche Substanzen) weiterzugeben, wurde 1997 die Firma Tech-Med Labor GmbH gegründet. Unsere „Orthomolekularen Produkte“ werden über medizinische Beratung einer breiten Anwenderschicht zugänglich gemacht. In Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten und Leistungssportlern wird unser Wissen nun auch dem Sportbereich zugänglich gemacht.
Unsere Abteilung **Ortho-Therapia-Sport** hat für Sporttreibende aller Altersstufen ein erlesenes Angebot. Dabei sind uns Hobbysportler ebenso wichtig wie Hochleistungsathleten.
Aus den Erfahrungen beider Gruppen können wir heute jedem Sportler Produkte zur Verfügung stellen, die sich weltweit im internationalen Spitzensport bewährt haben.

- **Vitalstoffmischungen-Sport** decken bei Leistungsbedarf mögliche Defizite des Körpers verlässlich ab.
- **ZeomaX** wird erfolgreich gegen freie Radikale und erhöhten Laktatspiegel eingesetzt.
- **Ewirsana** enthält wertvolle Aufbaustoffe aus dem Silberhäutchen des Reiskornes, besonders auch für ältere Semester sowie Sportlerinnen nach der Babypause.
- **Echoran Aktiv Öle, Japanische Heilpflanzen Fußcreme, Ortho-Therapia-Sport-Fluid und die original Physiko-Balsams W+K** sind legendäre Bestandteile unserer Physiko-Linie.
- **L’acqua di Coco** hat sich als natürliches ISO-Getränk einen festen Platz in der Sportszene gesichert.

Bestellen Sie sich die
Ortho-Therapia-Sport-Broschüre,
sie wird ihnen kostenlos und prompt zugesandt.

Tel.: 0043 (0)662 435035-0 Fax: 0043 (0)662 435035-50
E-mail: TML@orthotherapia.net Web: www.nur-natur.net

Sport-Studio ahoi!

Fitness zur See. „1. L'acqua di Coco Spinning Marathon" mit Sportmasseur-Betreuung im schwimmenden Sport-Studio auf dem Wolfgangsee.

Das Wolfgangseeschiff MS Österreich schrieb am 2. August Sportgeschichte. Das Schiff wurde für 6 Stunden durch den Veranstalter Alex Seemann zum schwimmenden Sportstudio. 40 Spinning Bikes fanden dicht gedrängt am Oberdeck Platz. Sonst nur als Studio-Trainingsgeräte genutzt, waren hier über 60 Akteure(innen) 6 Stunden bei heißer Musik unter der Anleitung dreier Instruktoren am „Radeln".

Der „1. L'acqua di Coco Spinning Marathon" wurde von der Salzburger Firma Tech-Med Labor GmbH des sportbegeisterten Otto Seewald mit dem sensationellen Iso-Getränk L'acqua di Coco gesponsert. Auch hier kamen die Teilnehmer/Innen zunehmend auf den Geschmack und frequentierten die Coco-Bar, bzw. füllten ihre Trinkflaschen mit diesem natürlichen Energiespender.

Alle Mühen wurden belohnt: Hubert Gantioler mit neuer Weltbestmarke auf den Schultern seiner Betreuer Aimes Kurz und Peter König sowie mit Mentor Otto Seewald

Unter Deck war ein original japanischer Massagetisch aufgebaut und kein Geringerer als VÖSM Vorstandsmitglied Fritz Stranz nahm sich der kleinen und großen Wehwehchen an. Von seiner Routine und seinem Können waren die hilfesuchenden Sportler ebenso begeistert, wie von dem neuen Muskel- und Gelenksöl Echoran mit AloeVera, das er mit großem Erfolg einsetzte.

Für strapazierte Sitzflächen wurde die JH-Japan.Heilpflanzen-Fußcreme zweckentfremdet und siehe da, die Radler hatten ein Problem weniger. Auch Triathlet und Berglauf-Weltrekordler Hubert Gantioler war mit von der Partie und wurde von SPM Fritz Stranz (VÖSM) perfekt massiert. Hier fand ein ideales Treffen „Spitzentherapeut & Spitzenathlet" statt.

Spinning Marathon mal zwei auf dem Wolfgangseeschiff: 40 Spinning Bikes an Bord

Von den Teilnehmem hörte man nur eins: Wieder so ein Event, wieder mit so einem engagierten Team und wieder mit so einem kompetenten Sport-Masseur.

Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter gesucht

VITAMINS & HERBALS ORTHO Therapia® SPORT

Als etabliertes Unternehmen im Bereich Sport und Gesundheit bieten wir einigen Kolleginnen und Kollegen einen festen Platz in einem modernen, dynamischen Team. Ihre Begeisterung für unsere Produkte wird Ihnen den Start erleichtern.

Wir wenden uns an **ausgebildete Sport-Therapeuten** beiderlei Geschlechts. Sie sind mobil, haben Telefon und idealerweise E-mail und/oder Fax für problemlose Kommunikation. Sie können nebenberuflich oder hauptberuflich bei uns einsteigen.

Vereinbaren Sie einen Termin mit unserem Herrn König zu einem gegenseitigen Kennenlernen.

Tech*Med* Labor GmbH Saalachstrasse 92, A-5020 Salzburg

E-mail: TML@orthotherapia.net Tel.: 0043 (0)662 435035-0 Fax: 0043 (0)662 435035-50

Chinesisch-energetische Akupunktmassage

Mit Hans Schwarz im Ausbildungszentrum der VÖSM und ÖGS in Ebreichsdorf.

Hans Schwarz, ein persönlicher Kenner von W. Penzel, hat es vom Freitag, den 11. Juli bis einschließlich Sonntag, den 13. Juli 2003, vorzüglich verstanden, die CE-APM in einfacher Art und Weise so anzusprechen, dass man APM verstehen konnte. Voraussetzung war eben die Existenz der Meridiane, das Energiekreislaufsystem und die Akupunkturpunkte zu akzeptieren.

Hans Schwarz im Einsatz: Yin und Yang

Die APM beruht zu einem wesentlichen Teil auf den Erkenntnissen und Vorstellungen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), wurde jedoch nicht im Fernen Osten, sondern in Deutschland entwickelt. Man kann also die APM mit Fug und Recht als ganzheitliche Behandlungsmethode bezeichnen. Willy Penzel sagte: „Nicht das Nervensystem, nicht der Blutkreislauf, sondern der Energiekreislauf, die unsichtbar strömende Lebensenergie macht uns lebendig."

Yin und Yang. Unser Leben ist gekennzeichnet von Polaritäten, das heißt, dass es überall in unserer Welt Gegensatzpaare gibt: zwei grundsätzlich voneinander verschiedene Dinge, die dennoch zusammen gehören. Manche beeinflussen unser Leben spürbar, andere fallen uns kaum auf. So gibt es etwa die Gegensätze Kalt und Warm, Winter und Sommer, Unten und Oben, Innen und Außen, Ebbe und Flut, Nacht und Tag.

Alle Gegensätze lassen sich nach dem chinesischen Naturverständnis im Yin und im Yang wieder finden. Anders ausgedrückt: Alle Dinge haben einen Yin- und einen Yang-Aspekt. Yang, der eine Pol, bedeutet Himmel, steht aber auch für das Bewegende, Aktivierende, Wärmende, Männliche. Yin, der entgegen gesetzte Pol, verkörpert die Erde und damit das Ruhende, Kühlende, Weibliche. Yin und Yang entsprechen also den beiden Polen eines Ganzen, die in einem lebendigen Austausch miteinander stehen, sich gegenseitig bedingen und dabei gleichzeitig begrenzen. Yin enthält immer einen Teil Yang und umgekehrt. Das Verhältnis von Yin und Yang ist in ständiger Bewegung.

Diagnostik

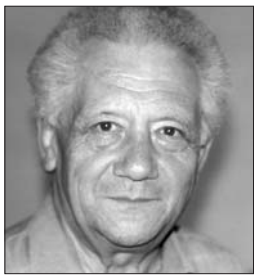
- Streichdiagnose (Fülle und Leere mit Fingerspitzen ertasten)
- Probestrich (Schmerz wird leichter oder stärker)
- Ohrdiagnose (angewiesen auf Aussagen des Patienten)
- Pulsdiagnose (Vergleich zwischen oberflächlichem und tiefem Puls)

Nun an die Arbeit:

- Erkennen der einzelnen Meridianverläufe
- Spannungsausgleichsmassage (SAM) ventral oder dorsal – Wo ist Fülle oder Leere?
- Rechts/Links-Behandlung
- Der eine Kreislauf ist voll, der andere leer!
- Durchflutungseffekt
- Ebbe-Flut-Effekt
- Kleiner Kreislauf

Im Grunde genommen hat eine Akupunkt-Massage-Behandlung, ganz gleich, welches Instrument der Therapeut verwendet, immer dasselbe Ziel: durch sanften, aber gezielten Reiz auf die Meridiane, die blockierte Energie im Körper wieder zum Fließen zu bringen. Die Anwendung mit bloßen Fingerkuppen wäre auch denkbar. Letztlich spricht aber für die Verwendung des APM-Stäbchens, weil sich mit der feinen Spitze der Reiz auf der Haut differenzierter setzen lässt, sodass die Massage ihre volle Wirkung entfalten kann.

Mit zwei tatsächlich vorliegenden Behandlungsabläufen an Privatpersonen neigte sich das dreitägige Seminar dem Ende entgegen.



Kursleiter Herbert Kipferling

Bei der Vereinbarung des Kurstermins nahm Hans Schwarz keine Rücksicht auf seinen Geburtstag, sondern hat sich spontan entschieden, der VÖSM und ÖGS zur Verfügung zu stehen. Hans Mayer gratulierte im Namen aller Seminarteilnehmer.

Wahrlich, ein Seminar mit netten, aufgeschlossenen Kollegen/innen und an der Spitze ein profunder Kenner der APM – Hans Schwarz, der vom oberösterreichischen Landeshauptmann mit dem „Silbernen Ehrenzeichen" für Verdienste in seinem Berufsleben ausgezeichnet wurde.

Inhalte von Kurs 2: Festigung der Meridiane, Lokalisierung der Akupunkturpunkte für verschiedene Arbeitsanwendungen, Umläufe, Mittag-Mitternachtsregel, Mutter-Sohn-Regel, Regel über die gekoppelten Meridiane, Rasteranwendung bei Gelenksbehandlungen.

Wir bitten um Interessentenmeldungen bei der VÖSM. Die APM Seminare wären vielleicht auch eine zusätzliche Anregung für „jene", die an eine Aufschulung zum „Freiberuflichen Heilmasseur" denken. Interessiert für eine neue Ausschreibung für APM-Seminare? Bitte bei der VÖSM melden. *Herbert Kipferling*

NEU wg. großer Nachfrage: Im Jänner 2004 2. DORN & BREUSS-Seminar

Heilen über die Wirbelsäule

Ausrichten der Wirbelsäule nach der Methode DORN & BREUSS

Die Wirbelsäule ist nicht nur das zentrale Stützorgan des Körpers, sondern die stabile Schutzhülle für das Rückenmark, welches das übergeordnete Steuerungsorgan für alle Funktionen der Organe, Gewebe und jeder Zelle ist.
Schmerzen und Funktionsstörungen nicht nur im Bereich der Wirbelsäule sind häufig verursacht durch eine Störung der aus dem Rückenmark herausführenden Nerven infolge Verschiebung, Fehlstellung oder Blockierung einzelner oder mehrerer Wirbel.

Hier bietet sich die Methode nach Dorn & Breuß als sehr wirkungsvolle Behandlungsmöglichkeit an. Der Vorteil dieser beiden Methoden liegt darin, dass zum Erkennen und Richten einer Fehlstellung keine Röntgenaufnahmen erforderlich sind, da zum Unterschied zur Chiropraktik (Manuelle Medizin) keine ruckartigen Korrekturbewegungen der Wirbelsäule durchgeführt werden.
Das Richten der fehlgestellten Wirbel erfolgt bei Dorn & Breuß durch sanften Druck entlang der Wirbelsäule auf die Dorn- bzw. Querfortsätze der einzelnen Wirbelkörper und durch Druck und Zug auf den Bandapparat und damit Entlastung der Bandscheiben und/oder eingeklemmten Nerven.

Referent: Dr. Harro Danninger in Aktion

Mit dieser Methode kann faktisch jeder Wirbel erreicht werden, sei er auch noch so kompliziert verrutscht. Die Indikationsbreite geht von Bandscheibenvorfällen bis zu Migräne, Cervikal- und Peitschenschlagsyndrom bis zu psychosomatischen Beschwerden, da durch beide Methoden nicht nur im organischen Bereich sondern auch im seelischen Bereich oftmals Blockierungen sehr wirkungsvoll behoben werden können.

Im Rahmen des Seminars werden theoretische Grundlagen der beiden Methoden vermittelt, Zusammenhänge zwischen Wirbelsäule, Zähnen und Organen besprochen und durch überwiegend praktische Übungen mit Partnern ein entsprechendes Grundwissen erarbeitet, um das Gelernte sofort in der eigenen Praxis umsetzen zu können.

Termin: 16. – 18. Jänner 2004

Referent: Dr. Harro DANNINGER; Arzt für Allgemeinmedizin, Kurarzt, Kneipparzt, Arbeitsmediziner,
Lehrbefugter für die Methode Dorn & Breuß
Ausbildung in Neuraltherapie, Chiropraktik, Homöopathie, Energiearbeit

Kurszeiten:
Freitag, 16. Jänner 2004 von 18.00 – 21.00 Uhr
Samstag, 17. Jänner 2004 von 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 18. Jänner 2004 von 9.00 – 13.00 Uhr
Insgesamt 16 Stunden

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

Quartier: Sportzentrum Skarics, Zimmer mit Bad und WC, Nächtigung mit Frühstück, Reservierungen bitte unter der Tel. 02254/75141 selbst vornehmen!

Kursgebühr: Mitglieder € 250,–, für Nichtmitglieder € 290,–

Anmeldungen: Ab sofort bei der VÖSM, 2344 Ma. Enzersdorf-Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Tel. und Fax 02236/865875 oder e-Mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

Einzuzahlen bei der VÖSM, PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141

Aufgrund 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. Die Anmeldungen werden nach dem Datum des Zahlungseingangs gereiht.

ACHTUNG:

Wir haben eine neue Internet-Adresse: **www.sportphysiotherapie-sportmassage.at**
Sämtliche Infos und Weiterbildungsmöglichkeiten über die ÖGS und VÖSM sowie die komplette Zeitung **sport physiotherapie** finden Sie auf unserer HOMEPAGE! Schauen Sie hinein!

Die Wundersalbe

Ichtholan. Die Anwendungspalette von der über 100 Jahre erprobten Salbe mit sulfonierten Schieferölen ist grenzenlos.

In der Fachinformation „Ichtholan 50 Prozent“ heißt es unter Anwendungsgebiete lapidar: „Tiefe Pyodermien wie Furunkel, Schweißdrüsenabszesse. Als Dauerverband bei Arthrose, Arthritis, Tendovaginitis, Epikondylitis, Thrombophlebitis, Sportverletzungen.“

Tatsächlich findet in der Therapie von entzündlichen Hautkrankheiten, Neurodermitis, Schuppenflechte, Abszessen, seborrhoischen und abszendierenden Hautzuständen Ichthyol heute das breiteste Anwendungsgebiet. Im orthopädischen Bereich werden entzündliche, degenerative und traumatische Gelenkerkrankungen erfolgreich behandelt.

Mehrere Studien ergaben, dass die Wirkung von Salben mit sulfonierten Schieferölen zur Resorption von entzündlichen Gelenkergüssen und dem Rückgang von Schwellungen führt. Damit verbunden ist eine Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit. Im Rahmen einer statistischen Auswertung von 485 klinischen Erfahrungsberichten bei orthopädischen Indikationen wird ebenfalls der große therapeutische Erfolg von sulfonierten Schieferölen bei Arthrosen sowie verschiedenen Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises belegt.

Der Behandlungserfolg und die Verträglichkeit von Ichtholan 50 % wurde bei allen Indikationen überwiegend als sehr gut bis gut eingestuft. Unerwünschte Arzneimittelwirkungen wie Hautreizungen und Rötungen traten nur selten auf.

Mit Ichtholan 50% steht Ihnen eine Heilsalbe zur Verfügung, die eine rasche Rückbildung von Entzündungserscheinungen bewirkt und sich bei Sportverletzungen bestens bewährt hat. Der Heilungsprozess wird durch die Anwendung eines Salbenverbandes beschleunigt, wodurch sportliche Aktivitäten schneller wieder aufgenommen werden können.

Info: Elke Kahl, Sanova Pharma GmbH, Haidestraße 4, 1110 Wien, Telefon 01/80104-2535, e-mail: *elke.kahl@sanova.at*

Wir lassen Ihnen den Spaß am Sport!

Bloß den Schmerz nehmen wir!

ICHTHOLAN® 50%
Die schwarze Salbe gegen Entzündungen und Schmerz.

Ichtholan 50 %: ● Bezeichnung des Arzneimittels: Ichtholan“ 50% Salbe ● Zusammensetzung: 100g enthalten 50g Ammoniumbituminosulfonat (Ichthyol“). ● Hilfsstoffe: Wollwachs, mikrokristalline Kohlenwasserstoffe, Vaselin gelb, Aqua destillata ● Anwendungsgebiete: Tiefe Pyodermien wie Furunkel, Schweißdrüsenabszesse. Als Dauerverband bei Arthrose, Arthritis, Tendovaginitis, Epikondylitis, Thrombophlebitis, Sportverletzungen. ● Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen einen Inhaltsstoff. ● Schwangerschaft und Stillperiode: Ichthyol weist im Tierversuch keine teratogene Wirkung auf. Bei Menschen ist bisher keine derartige Wirkung bekannt geworden. Der Übertritt der Substanz in die Muttermilch wurde nicht untersucht. ● Weitere Angaben zu Nebenwirkungen, Wechselwirkungen, Gewöhnungseffekten und zu besonderen Warnhinweisen zur sicheren Anwendung sind der „Austria-Codex Fachinformation“ zu entnehmen. ● ATC Code: D03AX ● Hersteller: Ichthyol-Gesellschaft Cordes, Hermanni & Co., Sportallee 85, D-22335 Hamburg, Deutschland ● Zulassungsinhaber: Ichthyol-Gesellschaft Cordes, Hermanni & Co., Sportallee 85, D-22335 Hamburg, Deutschland ● Packungsgrößen: 40g, 250g ● Verschreibungspflicht/Apothekenpflicht: Rp.-frei, apothekenpflichtig

Sanova
Gesundheit bewegt

Info: Elke Kahl, Sanova Pharma GmbH, Haidestr. 4, 1110 Wien, Tel. 01/80104-2535, email: *elke.kahl@sanova.at*

Kleinere Sportverletzungen bei Kindern

NEU. Diclofenac-Pflaster wirksam und gut verträglich.

Die Mehrzahl der sportbedingten Verletzungen von Kindern und Jugendlichen ist glücklicherweise nur leicht bis mittelschwer und benötigt keinen Chirurgen und auch keine systemische pharmakologische Therapie. In der Regel ist die Ruhigstellung gemeinsam mit einer antiphlogistischen und analgetischen Therapie, insbesondere mit einem nichtsteroidalen Antirheumatikum, ausreichend. Aufgrund des Alters und möglicher unerwünschter NSAR-Nebenwirkungen sollte aber nach Möglichkeit die systemische NSAR-Therapie durch eine lokale ersetzt werden.

Wie eine Studie des Departement of Medicine and Sport Injuries der Klinik in Lucca, Italien, zeigt, ist die lokale Therapie mit Diclofenac-Epolamin in Pflasterform (Flector®) eine sehr wirksame, gut praktikable und sehr gut verträgliche Behandlungsmöglichkeit (Polieri T et al: Med Sport 2000;53:275-8). Bei 176 jungen Patienten im Alter zwischen 8 und 15 Jahren wurden 187 leichte bis mittelschwere sportbedingte Verletzungen im Bereich des Muskel-/Sehnen-/Bandapparates von Gelenken lokal mit einem Diclofenac-Epolamin-Pflaster behandelt.

Charakteristisch für diese Applikationsform ist die gute perkutane Penetration von Diclofenac im Applikationsbereich, gemeinsam mit einer sehr geringen systemischen Absorption, die zu einem bemerkenswerten therapeutischen Effekt und einer hohen Toleranz führen kann. Die Verletzungen durften nicht älter als fünf Tage sein, keinen chirurgischen Eingriff oder eine dauernde Immobilisierung (Gipsverband) erforderlich machen, und es war keine weitere pharmakologische Therapie erlaubt.

Die meisten Verletzungen entstanden direkt durch ein Trauma (über 45 %), seltener war eine funktionelle Überbelastung des Kapsel-Bandapparates (37 %) die Ursache. Die Therapie bestand in der Applikation des Pflasters zweimal täglich für mindestens 3 und maximal 14 Tage (beim Großteil 7 Tage). Die topische Therapie wurde immer mit Ruhe und – je nach Verordnung – mit Bandagieren verknüpft. Weder lokale noch systemische Nebenwirkungen wurden berichtet, es gab auch keine Reizungen oder Allergien.

Info: Nähere Information zur Studie und zu Flector® EP Pflaster unter *www.flector.at*.

Tipp für den Akutfall:

bei

Sportverletzung
Muskelschmerz
Verspannung

*Das **Pflaster,** das den **Schmerz** vertschüsst.*

- **1 Pflaster (10 x 14 cm) pro Tag genügt!**
- **Aaah - angenehm kühl!**
- **Kein Schlucken und Schmieren mehr!**

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

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

www.flector.at

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

Neustart der Sonderausbildung Sportphysiotherapie

der ÖGS und dem Amt der Niederösterreichischen 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 Diplomierte Physiotherapeuten(innen) zugelassen. Die gesamte Sonderausbildung Sportphysiotherapie umfasst 220 Unterrichtseinheiten Theorie und 420 Unterrichtseinheiten Praxis (1 UE = 45 Min).

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

4 a) 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

4 b) 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

7 a) 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

7 b) Leistungsphysiologie: 9 UE

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

8 a) Regeneration im Sport: 11 UE

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

8 b) Schmerz: 9 UE

Inhalte:
- Schmerzphysiologie
- Schmerzmuster
- Befunderhebung

9) Osteopathie unter besonderer Berücksichtigung der Faszientechnik: 20 UE

10 a) 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 vom 12. Oktober 2002

14c) Sportböden: 9 UE

Inhalte:
- Darstellung von Meßmethoden für verschiedene Sportböden

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

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

Seminar: Aus der Praxis

Kurskosten: € 2.900,– (3 Ratenzahlungen möglich)

Termine: (vorläufig nur Termine für 2004 – 7 Kursteile, Termine für die weiteren 7 Kursteile für 2005 werden noch bekanntgegeben)

1) **20.–21. März 2004** – Funktionelle Anatomie
2) **08.-09. Mai 2004** – Sporttraumatologie, Sportorthopädie
3) **05.-06. Juni 2004** – Biomechanik, Theorie u. Praxis
4) **26.-27. Juni 2004** – Funktionelle Verbände, Tapen
5) **11.–12. Sept. 2004** – Trainingslehre, Leistungsphysiologie
6) **02.–03. Okt. 2004** – Regeneration im Sport

12.-14. Nov. 2004 – 10. Int. Kongress für Sportphysiotherapie

Anmeldungen erbeten bis spätestens 1 Monat vor Kursbeginn an die ÖGS, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Tel. u. Fax 02236/865875 oder e-Mail: *oegs-voesm@kabsi.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: S.P.O.R.T. Physikalisches Institut, Prim Dr. Andreas Kainz, Mariannengasse 14, 1090 Wien
MBC-Sport- und Erholungspark, Gutheil Schoder-Gasse 9, 1100 Wien
Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, Olympiastützpunkt IMSB, Johann Steinböck-Straße 5, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstr.36

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

Start zur Sportherapie

Sportmasseur-Fortbildung. Einjährige aufbauende Zusatzausbildung 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 zum/zur Sporttherapeuten(in) soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.
Insgesamt 9 Wochenendkurse mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag von 08.30 bis 18.15, Sonntag 08.30 bis 18.15 Uhr anschließend 1 Wochenendtermin für Abschlussprüfung.

Sportherapie-Ausbildung: Großer Zuspruch in Ebreichsdorf

Termine:
1. Kurs: 07. – 08. Feber 2004
2. Kurs: 28. – 29. Feber 2004
3. Kurs: 27. – 28. März 2004
4. Kurs: 17. – 18. April 2004
5. Kurs: 05. – 06. Juni 2004
6. Kurs: 04. – 05. September 2004
7. Kurs: 30. – 31. Oktober 2004
8. Kurs: 20. – 21. November 2004
9. Kurs: 04. – 05. Dezember 2004

Abschlussprüfung: Samstag, 18. Dezember 2004

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 Sporttherapie:	
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

21. Semester-Prüfungen und Abschlussprüfung

Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie, Prim. Dr. Andreas Kainz, Präsident

Weitere Infos bei ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875, e-Mail: oegs-voesm@kabsi.at

AUFRUF AN ALLE MITGLIEDER DER VÖSM UND AN ALLE LESER DER ZEITSCHRIFT sport physiotherapie:

Wir bitten um Bekanntgabe Ihrer **E-Mail-Adressen**, damit wir Ihnen noch mehr Informationen auf schnellstem Weg zukommen lassen können.

Ein neuer Lebensabschnitt

Sportmasseur-Ausbildung. Der 23. Ausbildungs-Lehrgang der VÖSM für Sportmasseure: Wieder erfolgreich abgeschlossen.

Es war wie ein großes Familienfest: Die Überreichung der Diplome an die Absolventen des 23. Sportmasseur-Ausbildungslehrganges im Sportzentrum Skarics in Ebreichsdorf. In einer kurzen Ansprache würdigte VÖSM-Präsident Primar Dr. Thomas Bochdansky die Leistung der Teilnehmer, hier vor allem den Lehrgangs-Besten Jürgen Thaler.

Insgesamt haben 25 an der Sportmasseur-Ausbildung teilgenommen, davon traten 23 zur Abschlussprüfung an. Diese wiederum bestanden 20, leider müssen drei neuerlich zur Prüfung.

Mit „Ausgezeichnet“ und durchwegs „Sehr gut“ hat als einziger Jürgen Thaler aus Wien bestanden. Mit „Ausgezeichnet“ haben noch bestanden: Wolfgang Brenner, Wien; Eva Heingartner, Reifling; Stefan Rohrmoser, Hüttschlag und Iris Wachter, Ebergassing. Mit „Gutem Erfolg“ haben bestanden: Mario Berger, Wien; Peter Fadler, Wien; Margrita Fürnsinn, Wien; Sabine Kügele, St. Michael; Friedrich Lindhuber, Texing; Birgit Linner, Wien; Udo Sick, Feldkirchen; Richard Schreiber, Wien. Mit „Erfolg“ haben bestanden: Norbert Dürner, Erlach; Sonja Derp, Wien; Caroline Körper, Wien; Robert Kunkal, Fischamend; Annika Nowotny, Wien; Wolfgang Steinmetz, Hausmenning; Thomas Zillinger, Wittau. Zwei Teilnehmer sind aus terminlichen Gründen nicht angetreten und drei Teilnehmer müssen zur Wiederholungsprüfung antreten.

Der Beste: Jürgen Thaler aus Wien

Bei einem Gläschen Sekt wurde die Überreichung der Diplome gefeiert, und die Kursteilnehmer revanchierten sich ihrerseits mit Foto-Kollagen, geschossen während der zweijährigen Ausbildungszeit. Wie auch in der Vergangenheit, konnte auch bei diesem Lehrgang festgestellt werden, dass sich innerhalb der Gruppe eine nette Gemeinschaft gebildet hat, die die Freundschaften in Zukunft sicherlich aufrecht erhalten wird.

Es soll aber auch nicht verabsäumt werden, dem Sportmasseur-Team, bestehend aus Harald Bärenthaler, Elfi Hana, Dieter Slavik und Horst Pörtschacher einen großen Dank auszusprechen, denn nur durch ihren unermüdlichen und großartigen Einsatz war es möglich, diesen Lehrgang wieder so produktiv, erfolgreich und reibungslos über die Bühne zu bringen.

Sicherlich ist damit ein neuer Lebensabschnitt für die jungen Sportmasseure eingeläutet worden.

Abschluss-Feier: Sekt für die erfolgreichen Lehrgangs-Absolventen

Eine große Familie: Die Teilnehmer des 23. Sportmasseur-Lehrganges

Die glorreichen Sieben: Ausbildungsteam mit den zwei Präsidenten

Fortbildungskurs
Manuelle Lymphdrainage
Komplexe physikalische Entstauungstherapie (ML/KPE)

Unterrichtsdauer: insgesamt 180 Unterrichtseinheiten
Teil I: Basiskurs · Teil II: Therapiekurs

Termin:
1. Kurs – Basiskurs: **16. – 24.01.2004**
mit Arztunterricht
2. Kurs – Therapiekurs: **13. – 20.02.2004**
mit Arztunterricht und ärztl. Prüfung

Referent: Günther Bringezu/Ostseeklinik Damp

Arzt: Dr. Jürgen Borschke

Kursbeginn: beide Kurse jeweils Freitag, 9.00 Uhr

Kurskosten: Für Mitglieder € 960,–,
für Nichtmitglieder € 1.030,–

Anmeldeschluss: 23.12.2003

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

Quartier: im Sportzentrum Skarics,
bei Bedarf bitte direkt anmelden (Tel. 02254/75141)

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

Storno: Stornierungen müssen bis **23.12.2003** schriftl. bekanntgegeben werden (Stornogebühr € 72,–)

Fortbildungslehrgang
Manipulativmassage
nach Dr. Terrier

Termin: 1. Kursteil: **09. – 12. Oktober 2003**
Inhalte: HWS, BWS, Schultergelenk, Schultergürtel, Ellbogengelenk, Handgelenk, Fingergelenk
Stundenanzahl: 35 UE á 45 Minuten
2. Kursteil: 06. -09. November 2003
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 bis spätestens 6. Oktober 2003 bei der VÖSM-ÖGS, Tel. u. Fax 02236/865875, e-Mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

Refreshing-Seminar in
Manueller Lymphdrainage
Fortbildung für Absolventen in Manueller Lymphdrainage

Themen:
Die Behandlung postoperativer und posttraumatischer Ödeme/Schwellungen, die rheumatische Schwellung, die Behandlung des Morbus Sudek sowie der Stellenwert der ML im Sport als präventive und rehabilitative Maßnahme

Termin: 24. – 25.01.2004

Kursbeginn: Samstag: **24.01.2004**, 9.00 – 17.00 Uhr
Sonntag: **25.01.2004**, 9.00 – 13.00 Uhr

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

Referent: Günther Bringezu/Ostseeklinik Damp

Kurskosten: Für Mitglieder € 130,–,
für Nichtmitglieder € 170,–

Quartier: im Sportzentrum Skarics möglich,
bei Bedarf bitte selbst reservieren (Tel. 02254/75141)

Anmeldung: Gilt nur nach Einzahlung der Kursgebühr auf das Konto der VÖSM
bei der PSK, BLZ 60000, Kto. Nr. 92094141

Durchführung des Refreshing-Kurses hängt jeweils von der genügenden Teilnehmeranzahl des unmittelbar vorher stattfindenden Lymphdrainage-Kurses ab.

CranioSacral Therapy®

Craniosacrale Therapie Einführungskurs

Wien	*13.01. – 18.01.2004*
Linz	*02.03. – 07.03.2004*
Graz	*04.05. – 09.05.2004*
Salzburg	*15.06. – 20.06.2004*

CranioSacrale Therapie II Fortgeschrittenenkurs

Salzburg	*02. – 07.12.2003*
Linz	*04. – 09.12.2003*

SomatoEmotionale Entspannung I

Innsbruck	*11. – 16.11.2003*
Wien	*09. – 14.12.2003*

Kommunikationsreihe: Helfen, Begleiten, Achtsam sein

Innsbruck	*05. – 07.03.2004*

Viszerale Manipulation I

Innsbruck	*04. – 09.11.2003*

Muscle Energy Technique

Wien	*21. – 26.10.2003*

UPLEDGER INSTITUT ÖSTERREICH
Mondscheingasse 8
8010 Graz
Tel. & Fax 0316/76 09 61
www.upledger.at

Seminar
Bindegewebs-Massage
Klassische Form mit praktischen Erweiterungen gemäß den Anforderungen nach ö. BGBl 618/93, Prüfungsverordnung

Dieses Seminar ist auch für die Aufschulung zum Freiberuflichen Heilmasseur notwendig!

Kursinhalt:
- Einführung in die Neurologie, Reflexe – Reflexbogen
- Reflektorische Beziehungen zwischen Körperperipherie und Eingeweiden
- muskuläre Maximalpunkte
- Orientierung am Patienten
- Gewebetastbefund, der Bindegewebsbefund
- Bindegewebszonen, ihre Lage und Bedeutung
- Technik der Bindegewebsmassage
- der 1. – 10. Aufbau, alle Körperzonen
- unterschiedliche Techniken in den Gewebsschichten
- die Haut-, Unterhaut- und flächige -Technik
- die BGZ – Reaktionsverstärkerzonen
- Reaktion des Gewebes, des Patienten, vasomotorisch, neuroreflektorisch
- die einzelnen Behandlungsabschnitte zu den wichtigsten Krankheitsbildern

Kursziel:
Selbstständiges Erstellen eines Bindegewebsbefundes, beherrschen sämtlicher Hauttechniken für die einzelnen Rückenabschnitte und für den ganzen Körper.

Termin:
27. – 31. Oktober 2003
(1. und 2. Teil) mit einer Gesamtstundenanzahl von 60 UE

Referent:
Ing. Franzjosef Eberling

Kursort:
Sportzentrum Skarics, 2483 Ebreichsdorf, Bahnstr. 36, Telefon 02254/75141

Quartier:
Im Hause Skarics möglich, bei Bedarf bitte selbst reservieren!

Kurskosten:
Für Mitglieder € 330,–, für Nichtmitglieder € 380,–
Einzuzahlen auf das Konto der VÖSM, 2344 Südstadt, bei der PSK, BLZ 60000, Kto.Nr. 92094141

Anmeldung:
Ab sofort bis spätestens 13. Oktober 2003
bei der VÖSM, 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Str. 5, Telefon und Fax 02236/865875 oder e-mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

Anmeldung gilt nur mit Einzahlung der Kursgebühr auf o. a. Konto!

Fortbildungsseminar
SNF
(sensorische neuromuskuläre Facilitation)
– für Masseure, Sportmasseure und Sporttherapeuten
mit DPT Silvia Kollos

SNF ist eine Weiterentwicklung des PNF Konzeptes (Proprioceptive neuromuskuläre Facilitation). Diese Techniken werden, unabhängig von der Ursache, bei Störungen am Bewegungsapparat zur Befunderhebung und Behandlung in der Physiotherapie eingesetzt.
In diesem Kurs wird im Besonderen auf die 3-Dimensionalität von Bewegung eingegangen, vor allem der Funktion der Rotation. Der Rumpf, als zentraler Angelpunkt jeder Bewegung, ist der Schwerpunkt der praktischen Arbeit.
Ziel des Kurses ist es, grundlegende Zusammenhänge von Bewegungsmustern aus dem täglichen Leben, wie zum Beispiel beim Gehen, zu erkennen und in die tägliche Arbeit mit Patienten einzusetzen. Störungsmuster sollen erkannt werden und therapeutische Übungen daraus abgeleitet werden können.

Termin:
10.–11. Jänner 2004

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

Kurszeiten:
jeweils 9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00 Uhr

Referent:
Silvia Kollos, Dipl. Lehr-Physiotherapeutin, Sportphysiotherapeutin, Int. SET-Instructor

Veranstalter:
Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS), 2346 Südstadt, Johann Steinböck-Straße 5, Telefon und Fax 02236/865875,
e-Mail: *oegs-voesm@kabsi.at*

Kursgebühr:
Für Mitglieder € 250,–, für Nichtmitglieder € 300,–
Einzuzahlen bei der CA-BA, BLZ 11000,
Kto.Nr. 017835638/00 an ÖGS, 2346 Südstadt

Anmeldung:
bei der ÖGS, Anmeldung gilt erst nach Einzahlung der Kursgebühr auf obiges Konto!

Da die Teilnehmerplätze mit max. 18 Teilnehmern beschränkt sind, wird eine Reihung nach Eintreffen der bezahlten Anmeldungen durchgeführt.

Wir behalten uns vor, bei zu geringer Teilnehmeranzahl (unter 12 Personen) den Kurs abzusagen. Kursgebühr wird dabei selbstverständlich zurückerstattet!

2003 / 2004

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

VÖSM

09.–12.10.03 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**
– Dr. Matthias Schmidt 1. Teil

17.–19.10.03 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 2. Grundkurs

24.-26.10.03 **DORN & BREUSS – Heilen über die Wirbelsäule**
– Dr. Harro Danninger

27.-31.10.03 **Bindegewebsmassage**
– Ing. Franzjosef Eberling

06.–09.11.03 **Manipulativmassage nach Dr. Terrier**
– Dr. Matthias Schmidt 2. Teil

21.–23.11.03 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 3. Grundkurs

12.–14.12.03 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 4. Grundkurs

16.-18.01.04 **DORN & BREUSS – Heilen über die Wirbelsäule**
– Dr. Harro Danninger

16.-24.1.04 **Manuelle Lymphdrainage**
– Günther Bringezu/D (Basiskurs, Teil 1)

24.-25.1.04 **Refreshing-Seminar in Manueller Lymphdrainage**
– Günther Bringezu/D

30.1.–1.2.04 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 5. Grundkurs

13.-20.2.04 **Manuelle Lymphdrainage**
(Therapiekurs, Teil 2)

05.–07.3.04 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 6. Grundkurs

13.-14.3.04 **Anatomieseminar Innsbruck**
– Univ. Prof. Dr. Karl Heinz Künzel

23.–25.4.04 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 7. Grundkurs

14.-16.05.04 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
– 8. Grundkurs

11.-13.06.04 **Sportmasseurausbildung 2003/2004**
9. Grundkurs

ÖGS

10.-11.01.04 **SNF-Seminar**
– DPT Silvia Kollos

01.-02.05.04 **GOLF-Seminar**
– Prim. Dr. Andreas Kainz
– Dr. Christian Haid
– DPT Christine Schober

Sonderausbildung Sportphysiotherapie

Hinweis: Alle aufgelisteten Kurse können von Ärzten und Dipl. Physiotherapeuten auch einzeln besucht werden! Anfrage im Sekretariat der ÖGS

13. Kurs: **Biomechanik und Muskelphysiologie**
27./28.9.03 – Dr. Christan Haid
– Dr. Arnold Koller

14. Kurs: **Doping, Trainingslehre, Sportböden**
11./12.10.03 – Prof. Hans Holdhaus
– DSpl. Herbert Janko
– G. Insam

15./16.11.03 Diplomabgabetermin

08.–09.1.04 **Abschlussprüfung Sonderausbildung Sportphysiotherapie**

Neustart der Sonderausbildung
SPORTPHYSIOTHERAPIE
20.-21.03.04 Funktionelle Anatomie
08.-09.04.04 Sporttraumatologie, Sportorthopädie
05.-06.06.04 Biomechanik, Theorie und Praxis
26.-27.06.04 Funktionelle Verbände, Tapen
11.-12.09.04 Trainingslehre, Leistungsdianostik
02.-03.10.04 Regeneration im Sport
12.-14.11.04 Int. Kongress für Sportphysiotherapie

Neustart der Ausbildung
SPORTTHERAPIE für diplomierte Sportmasseure
07.-08.02.2004, 28.-29.02.2004, 27.-28.03.2004, 17.-18.04.2004, 05.-06.06.2004, 04.-05.09.2004, 30.-31.10.2004, 20.-21.11.2004, 04.-05.12.2004
Prüfung 18.12.2004

Aufschulungsmodul zum Heilmasseur

Termine: 15. – 16. November 2003 • 29. – 30. November 2003 • 6. – 7. Dezember 2003 • 20. – 21. Dezember 2003 • 10. – 11. Jänner 2004 • 24. – 25. Jänner 2004 • 07. – 8. Feber 2004 • 28. – 29. Feber 2004 • 13. – 14. März 2004 Anatomisches Institut Innsbruck • 27. – 28. März 2004 • 3. – 4. April 2004 • 17. – 18. April 2004 • 1. – 2. Mai 2004 • 20. – 23. Mai 2004 • 10. – 13. Juni 2004 • 19. – 20. Juni 2004 • Sommerpause • 11. – 12. September 2004 • 25. – 26. September 2004 • 9. – 10. Oktober 2004 • 23. – 26. Oktober 2004 • 6. – 7. November 2004 • 20. – 21. November 2004 • 4. – 5. Dezember 2004

Auskunft im Sekretariat der VÖSM – ÖGS · Tel. u. Fax 02236/865875 · e-Mail: oegs-voesm@kabsi.at

PHYSIOGEL®

HYPOALLERGEN

Häufiges Duschen entzieht Ihrer Haut Feuchtigkeit – Physiogel gleicht dies aus und regeneriert die Haut so gezielt und langanhaltend!

Physiogel ist frei von:

- Paraffin
- Emulgatoren
- Silikon
- Konservierungsmittel
- Parfüm
- Farbstoffen

NEU!

Erhältlich exklusiv in Ihrer Apotheke!

Sanova
Gesundheit bewegt

Informationen zu „Physiogel" unter:
Elke Kahl · Sanova Pharma Ges.m.b.H. · Haidestr. 4 · 1110 Wien · Tel: +43 1 801 04 DW 2535
Fax: +43 1 801 04 DW 2540 · e-Mail: elke.kahl@sanova.at · www.sanova.at