Verlags- und Versandpostamt 2344 Maria Enzersdorf

Veranstaltungs-Termine 15/16

sport physiotherapie

BSO SERVICE IM SPORT

Oktober2015
26. Jahrgang • Heft 3

Im Internet unter *www.sportthema.at*

Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten • Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie

Das ÖFB-Team in Schweden: Nach dem sensationellen 4:1-Sieg das Ticket zur EM gelöst

FRANKREICH – WIR KOMMEN

POWERstrips™

ForeverGreen

Die Original FGXpress PowerStrips™ sind vielseitig einsetzbar:

FGXpress

- Bei Verspannungen
- Stress
- Für einen spürbar höheren Energielevel
- Sie unterstützen den Körper bei der eigenen Entgiftung, stärken, regenerieren, unterstützen und beeinflussen unser System positiv

Ihr FGXpress Berater:

Hannes Wieser

Standort 16. bzw. 22 Bezirk in Wien

Tel.: 06642865770

Mail: hannes.wieser@kosys.de

www.hannesschmerzfrei.fgxpress.com

FGXPRESS™

Zweimal Marcel

Zwei Themen sind das Hauptaugenmerk in dieser Ausgabe: Einmal der Person Marcel Koller, seit vier Jahren Team-Chef der österreichischen Nationalmannschaft und Begründer des neuen rotweißroten Wunderteams. Der Schweizer, der anfangs auf größte Skepsis unter den österreichischen Fußball-Experten gestoßen ist, hat inzwischen bewiesen, dass man mit gediegener Leistung, konsequenter Arbeit und einer klaren Führung sehr wohl auch mit dem österreichischen Fußball große Ziele erreichen kann.

Unter dem Motto „Frankreich – wir kommen“ kam der nach außen unterkühlt wirkende Trainer mit Baskenmütze und Baguette in der Hand zur Presse-Konferenz. Kaum jemand hätte ihm diese „Show“ zugetraut (Cover-Story ab Seite 4).

Die zweite große Story ist dem 15. Tag des Sports gewidmet, zu dem über eine halbe Million Sportler den Heldenplatz belagerten. Ein Event, das einmal mehr beweist, welchen Stellenwert diese Veranstaltung hat. Allein die Tatsache, dass Österreichs Aushängeschild auf den Brettln, die „die Welt bedeuten“, Marcel Hirscher, anwesend war und sich den Fans bereitwillig stellte, bestätigt die Bedeutung dieses Sporttages.

Dass gleichzeitig auch Marcel Koller am Heldenplatz erschien und bereitwillig Autogramme schrieb, demonstriert, welcher Höhenflug dem österreichischen Spitzensport derzeit widerfährt. Da kann ja auch nichts schiefgehen, wenn gleich zwei Sportkanonen, noch dazu mit gleichem Vornamen, auf dem Heldenplatz erscheinen. Von dieser Stelle aus an die beiden Marcels Gratulation zu ihren Erfolgen und ein nüchternes: Weiter so . . .

In diesem Sinne,

Ihr

Oskar Brunnthaler

INHALT

3 EDITORIAL *Zweimal Marcel* **4 COVER** *Frankreich – wir kommen! Wie der Schweizer Trainer Marcel Koller das rotweißrote Wunderteam formte*

6 FORTBILDUNG *Deklaration für den Sport – 1. Sportforum Schladming*

10 EVENT *Stolzes Jubiläum – Tag des Sports 2015 begeisterte eine halbe Million Besucher*

12 FORTBILDUNG *Zusammenarbeit – Behandlungen mit Langzeitwirkung*

22 TERMINE *Kalender 2015/16*

IMPRESSUM

Herausgeber: Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten (VÖSM) & Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie (ÖGS)-SportTheMa, Liese-Prokop-Platz 1, A-2344 Maria Enzersdorf, Telefon 02236/8 658 75, Mobil 0676/7006491, Fax 02236/26833 401, E-Mail: office@sportthema.at, www.sportthema.at
Redaktion: Oskar Brunnthaler, Eva Janko, Liese-Prokop-Platz 1, A-2344 Maria Enzersdorf-Südstadt, Tel. 02236/8 658 75
Wissenschaftlicher Beirat: Prim. Dr. Andreas Kainz, Univ.-Prof. Dr. Rudolf Schabus (Wien), Prim. DDr. Anton Wicker (Salzburg), Univ. Doz. Dr. Günther Amesberger, Univ. Prof. Dr. Paul Haber, Dr. Volker Veitl
Für den Inhalt verantwortlich: VÖSM&ÖGS-SportTheMa-Präsident Dr. Rainer Gumpert
Grafik & Satz: Rudi Kopp, Tonwerkstr. 6 b, D-82205 Gilching, Tel.: 0049/(0)8105/2 77 13 27, E-Mail: info@kopp-dtp-service.de
Druck: Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H., Wienerstraße 80 A-3580 Horn, Tel.: (02982) 4161-0, Fax: (02982) 4161-268, E-Mail: office@berger.at

Titelbild: Kristian Bissuti

Frankreich – wir kommen

Wie der Schweizer Trainer Marcel Koller aus einem Haufen talentierter Einzelkämpfer das rotweißrote Wunderteeam formte.

Das Bild bleibt Fußball-Österreich stets in Erinnerung: Zur Pressekonferenz am Tag nach dem sensationellen 4:1-Auswärtssieg gegen Schweden kam Team-Chef Marcel Koller als Franzose verkleidet zur Pressekonferenz. Mit Baskenmütze auf dem Kopf und einem Baguette in der Hand lebte der ansonsten eher zurückhaltende Schweizer seinen Triumpf und natürlich auch den der österreichischen Fußball-Nationalmannschaft so richtig aus. „Frankreich – wir kommen“, lautete die Botschaft, und in der Tat hat der Trainer mit seinen Kickern sensationelles erreicht: Zum ersten Mal hat sich Österreich aus eigenen Kräften für die Fußball-Europameisterschaft qualifiziert (2016 in Frankreich).

Jetzt, Wochen nach dem Erreichen der EM-Qualifikation, sagt Koller auf die Frage, ob ihn der Rummel um seine Person, die Begeisterung nicht schon auf die Nerven falle? „Nein, keineswegs, wir wollten doch Emotionen wecken.“ Und: „Ich kann mich doch nicht beklagen, wenn sich die Leute freuen.“

Das war nicht immer so. Als Marcel Koller vor so ziemlich genau vier Jahren (am 4. Oktober 2011) den Job als Team-Chef beim Österreichischen Fußball Bund (ÖFB) übernahm, erntete er mehr Skepsis als Anerkennung. Heute sagen die Koller-Kritiker, darunter Ex-Team-Chefs wie Herbert Prohaska oder Pepi Hickersberger, „man werde sich ja wohl noch täuschen dürfen und die Meinung ändern können“. Jetzt erntet der Schweizer ausnahmslos Komplimente und Lob. Kein Wunder: Hat er doch aus einem „Haufen“ talentierter Fußballer, die fast ausnahmslos im Ausland als sogenannte „Legionäre“ spielen, eine homogene Mannschaft geformt, die sich vor niemanden mehr fürchten muss. Seit Kollers Amtsübernahme spielten sich die Jungs von einem 72. Rang in der Weltrangliste auf den sensationellen elften Platz.

Hoch soll er leben: Marcel Koller nach dem Spiel *Foto: Kristian Bissuti*

Wer ist nun der Mann, der aus einer nicht einmal durchschnittlichen österreichischen Nationalmannschaft ein neues rotweißrote „Wunderteam“ formte? Der es schaffte, aus einzelnen Individualisten eine homogene Mannschaft zu formen?

Marcel Koller, geboren am 11. November 1960 in Zürich, spielte während seiner gesamten Karriere bei den Grasshoppers Zürich (insgesamt 55 Länderspiele), wurde 1999 in der Schweiz zum „Trainer des Jahres“ gewählt, wechselte 2008 in die deutsche Bundesliga (1. FC Köln und VfL Bochum), bis er schließlich vor vier Jahren in Österreich landete. Privat ist der nunmehr 55-Jährige seit 2007 mit Gisela verheiratet, aus erster Ehe hat er zwei Kinder (Vanessa, 29, und Kevin, 28). Sein Credo: Der Fußball ist „mein Job, zu neunzig Prozent mein Leben, aber keine Belastung“. Aber alles, was darüber hinausgehe, gehe die Öffentlichkeit nichts an. Koller ist Trainer, kein Privatmensch, auf diese Trennung legt er strikt Wert. „Fokusiert“ ist er, wie der KURIER schreibt, und „festgenagelt auf dem Boden der Realität“, wenn sich über ihn die Wogen der Begeisterung zusammenschlagen. Im Gespräch mit Journalisten wirkt er zugeknöpft, ist aber dennoch offen und direkt, redet nicht um den Brei herum.

Vor zwei Jahren drohte die vielversprechende Zusammenarbeit zwischen Marcel Koller und dem ÖFB zu Ende zu gehen, Angebote aus dem Ausland (Deutschland und der Schweiz) hatte der Pragmatiker in der Tasche. Koller nahm sich Zeit,

Verkleidet: Marcel Koller bei der Pressekonferenz am Tag nach dem 4:1-Auswärtssieg gegen die Schweden

überlegte in aller Ruhe, um dann schließlich seinen Vertrag beim ÖFB zu verlängern. Sein Bleiben begründete er mit „ich habe da noch eine Rechnung offen“, gemeint war das Wissen darüber, dass er mit den Spielern der österreichischen Nationalmannschaft „Großes“ erreichen könne. Heute sagt der coole Schweizer, „es war mehr ein Gefühl, verbunden mit einem großen Risiko, eigentlich eine Spekulation“. Ganz untypisch für Koller, wie man meinen könnte. Doch wer Marcel näher kennt, weiß, dass hinter der kühlen Fassade ein Mensch voller Emotionen steckt. Dass er trotz der scheinbaren Nüchternheit inzwischen zum unumschränkten Sympathieträger in Österreich avancierte. Harte, seriöse, von einem klaren Konzept geleitete Arbeit, die Emotionsausbrüche nur dann unterbrechen, wenn sie tatsächlich angebracht sind.

Ein Markenzeichen von Koller: Bei jedem Spiel steht er im Anzug am Spielfeldrand, nicht gerade üblich. Der Team-Chef sachlich: „Ein Länderspiel ist etwas besonderes, es ist vergleichbar mit einem Sonntag, an dem man in die Kirche geht. So ein Spiel ist etwas ganz spezielles, und bei solchen Angelegenheiten trägt man eben Anzug und Krawatte.“

Hochinteressant ist die persönliche Bindung zwischen Trainer und Spielern: Mit den Spielern ist er per „Du“, die Spieler aber sind mit Koller per „Sie“. Es war nicht einfach, sagt er, aus den einzelnen Individuen eine Mannschaft zu formen. Heute ist er der Meinung, dass dies ihm „fast perfekt“ gelungen sei. Pädagogische Maßnahmen waren bzw. sind für ihn wichtig, an oberster Stelle steht aber „Vertrauen“. Koller: „Bei einem Kader mit 23 Spielern, von denen aber immer nur elf spielen können, ist es ganz wichtig, offen miteinander umgehen zu können. Die zwischenmenschliche Beziehung ist da ganz wichtig. Wenn ich dem einen oder anderen sagen mus, dass er diesmal nicht spielt, aber dennoch für die Mannschaft ungemein wichtig ist.“

So gelten auch ganz klare Regeln beim Team, seit Koller das Amt des Team-Chefs übernommen hat: Pünktlichkeit steht da an oberster Stelle, beim gemeinsamen Essen gibt es kein Handy, die Spieler haben miteinander zu kommunizieren, Zeitung lesen oder telefonieren sei da verpönt. Koller: „Ich habe selbst als Spieler erlebt, wie wichtig es ist, sich nach gewissen Regeln orientieren zu können, so wie eben auch im Geschäftsleben. Auch wenn es irgendwann dann heißt, Schluss mit lustig, und alle seinen Anforderungen folgen müssen.“ ▶

Selbstbewusst: Das ÖFB-Team vor dem 4:1-Sieg *Foto: Kristian Bissuti*

Koller kennt den harten, schmerzhaften Weg des Leistungssportlers: Er selbst spielte schon mit 14 Jahren Fußball professionell, hatte acht Operationen in seiner Karriere, kämpfte sich aber immer wieder zurück in die Mannschaft. Mit 25 Jahren machte er so nebenbei die Trainerausbildung, übernahm als 33-Jähriger seinen ersten Trainerjob, als er die C-Jugend übernahm. Gerade hier machte er seine Erfahrung, dass strikte Regeln im gemeinsamen Umgang ganz wichtig sind.

Autogrammstunde am Tag des Sports: Eva Janko, Marcel Koller

Zum Thema „Erfolg“ hat der Erfolgsmensch Koller seine eigene Definition: Der Erfolg hängt natürlich auch von den Spielern und dem Betreuerteam ab. Er selber sei nur ein Teil des Teams, für ihn als Trainer gilt es, in der Vorbereitungsphase alles zu tun und alles zu vermitteln, dass dann auch ein Erfolg möglich ist. Wichtig für ihn sei, dass er vor dem Spiel das Gefühl braucht, alles nötige in der Vorbereitung getan zu haben, um Erfolg zu haben. Während des Spiels kann er dann nämlich nur sehr wenig zum Erfolg beitragen, „da muss alles schon gelaufen sein“, wie Koller sagt. Dass man Erfolg hat, hängt grundsätzlich von der gelungenen Kombination Spieler, Betreuer, Ärzte, Masseure, Physiotherapeuten und Management ab.

Frage: Wenn Sie zurück denken an Ihre Kindheit, was ist Ihre erste Fußball-Erinnerung? Koller: „Ich war ein kleiner Knirps von zwei Jahren und bin schon Fußbällen hinterhergelaufen. Später war ich Straßenkicker in Zürich-Schwamendingen. Für meinen Vater, der Amateur-Fußballer war, war ich immer der Beste, obwohl es gar nicht gestimmt hat.“ Zusatzfrage: Und heute? Koller: „Ich denke schon, dass ich als Trainer was drauf hab‘, aber ich würde nie hinausposaunen, dass ich jetzt der Beste bin. Ich denke aber, dass mein Vater, der leider schon gestorben ist, schon stolz auf mich wäre.“

Nicht nur er hätte allen Grund, auf Marcel Koller stolz zu sein. *Oskar Brunnthaler*

Deklaration für den Sport

1. Sportforum Schladming

Bereits 1912 forderte Otto Fürst von Windischgrätz nach dem enttäuschenden Abschneiden Österreichischer Athleten bei den Olympischen Spielen in Stockholm die Einführung der täglichen Turnstunde. 2013 haben 150.844 Menschen in Österreich mit ihrer Unterschrift die Forderung nach einer täglichen Turnstunde gestellt. Am 26. Februar 2015 beschließt der Nationalrat die Einführung der täglichen Bewegung in den ganztägigen Schulformen.

Dieses Gesetzespaket ist ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung. Dennoch: 2014 belegt eine Studie, dass die jetzige Generation unserer Kinder die erste Generation in der Geschichte der Menschheit sein wird, welche eine kürzere Lebenserwartung hat als ihre Eltern – Hauptgrund Bewegungsmangel!

Die DEKLARATION FÜR DEN SPORT – resultierend aus dem Sportforum Schladming – hat sich zum Ziel gesetzt, einen Leitfaden für politische Entscheidungsträger, engagierte Funktionäre und all jene zu entwickeln, die ihren Beitrag leisten wollen, Sport und Bewegung mehr in den Mittelpunkt unserer Gesellschaft zu rücken. Als Ergebnis des jährlichen Zusammentreffens von Experten und Multiplikatoren im Sport.

Sport wurde landläufig als Oberbegriff für verschiedene Bewegungs-, Spiel- und Wettkampfformen zusammengefasst, die meist im Zusammenhang mit körperlichen Aktivitäten des Menschen stehen. Eine Definition, die heute bei weitem nicht mehr ausreicht. Längst umfasst die Dachmarke Sport, neben dem Breiten- und Spitzensport, Bereiche wie Gesundheitsförderung, Bildung, Tourismus, Sportindustrie, Ethik, Kultur und Integration.

Sport ist eine ausgewiesene Querschnittsmaterie! Bundespräsident Dr. Heinz Fischer hat in diesem Zusammenhang von der „Intellektuellen Vielfalt des Sports“ gesprochen.

Österreich braucht einen Schulterschluss für eine neue Sport-, Bewegungs- und Gesundheitskultur. Dazu Rahmenbedingungen, die den Sporttourismus und den Sportindustriestandort Österreich stärken, sowie Konzepte, um über den Sport einen sinnvollen Beitrag zur Integrationspolitik zu leisten.

SPORTLICHES ÖSTERREICH UND DER GESELLSCHAFTLICHE AUFTRAG

Wer bewegt Österreich und trägt die Verantwortung für die kommenden Generationen?

Wir Alle: Freizeitsportler, Spitzensportler, Funktionäre, Mitarbeiter der Sportartikelindustrie, Tourismusexperten, Manager, Beamte, Wirtschaftsleute, Sportärzte, Sportwissenschaftler, Forscher, Studenten, Kindergartenpädagogen, Lehrpersonen, Medien als Multiplikatoren der Anliegen und – allen voran – die Eltern.

Um das Ziel zu erreichen, den Sport mehr in den Mittelpunkt unseres gesellschaftlichen Denkens und Handelns zu rücken, formulieren wir im Rahmen des Sportforum Schladming presented by SIMACEK konkrete Punkte, vorgebracht von den Keynote-Speakern, erarbeitet in Workshops, mit daraus abgeleiteten klaren Forderungen.

SCHULSPORT:

Nur mehr 28% der Kinder und Jugendlichen in Österreich betreiben Sport und zwar nur mehr 25% der Mädchen und 33% der Buben. 28% der Buben und 25% der Mädchen zwischen 6 und 18 Jahren sind übergewichtig oder fettleibig.

Dr. Sabine Kubesch, Gehirnforscherin:

„Regelmäßige körperliche Aktivität wirkt lebensverlängernd und reduziert das Risiko, von Krankheiten mit den höchsten Mortalitätsraten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen betroffen zu werden. Hier gilt es in der Kindheit anzusetzen, in einer entscheidenden Lebensphase, in der man das Gesundheitsverhalten nachhaltig formen kann. Gleichzeitig haben Bewegung, Sport und Spiel einen starken Einfluss auf kognitive Funktionen, die den Lernerfolg und die Fähigkeit, das eigene Verhalten, die Aufmerksamkeit und die eigenen Emotionen situationsangemessen steuern zu können, maßgeblich beeinflussen.“

Wir fordern: Sport **UND** lernen, nicht Sport **ODER** lernen! Diese Überzeugung muss in Fleisch und Blut übergehen. Tägliche Bewegungseinheiten und ein Angebot an Sportunterricht, der auch soziale und emotionale Kompetenzen vermittelt. Erhöhung der regulären Sportstunden in einem Stufenplan, beginnend mit der Volksschule. Sportinfrastruktur muss, wie in den USA, Imagegewinn für Schulen und Unis bringen. Sportvereine sollen ständiger Partner der Schulen sein.

ERNÄHRUNG:

Das Angebot an (vermeintlich) gesunder Kost ist groß und verlockend. Aber nicht überprüfbar. Wer Sport betreibt, verzichtet meist aus Überzeugung auf Junk Food. Geschäftsmodelle von Bioläden über Brain Drinks bis zu Medical Food boomen.

Sven Gábor Jánszky, Trendforscher:

„Unsere Vor-Generationen waren noch überzeugt, unser Körper sei gottgegeben oder naturgegeben. Gegeben heißt in diesem Fall: Nicht veränderbar! Nur reparierbar, falls er kaputt gegangen ist. Auf diesem Grundprinzip basiert unser Gesundheitssystem. Doch die Mehrheit der Menschen ist inzwischen weg von dieser Grundüberzeugung. Wir halten unseren Körper mehrheitlich für etwas Gestaltbares.“

Wir fordern: Bereits ab dem Kindergarten sollen die nächsten Generationen auf den alltäglichen bewussten Umgang mit gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung pädagogisch hingeführt werden. Noch mehr Eigeninitiative, gesicherte Gesundheits- und Lebenskompetenzen: In den Körper hineinhorchen. Verantwortung übernehmen. Angebote überprüfen.

INTEGRATION:

Spitzensport und Breitensport übernehmen in der modernen digitalen Gesellschaft auch bedeutende Integrationsaufgaben. Grenzen zwischen Menschen verschiedener Geschlechter, Hautfarbe, Glaubensrichtung und Religion verschwinden.

Philip Slapar, Gewinner des Österreichischen Integrationspreises 2013:

„Sport vermittelt im spielerischen Miteinander Fairness, Toleranz, Respekt und Teamgeist.“

Wir fordern: Wintersportwochen Kindern mit Migrationshintergrund näher zu bringen. Sie haben meist (noch) keine Verbindung zu Wintersport und Schnee.

SPORTSTÄTTEN:

Diese sind zwar vorhanden, aber leider für Freizeitsportler nicht immer oder nur mit bürokratischen Hürden zugänglich. Oder nicht einladend genug. Ist das ein Grund, warum nur ein Drittel der Österreicher regelmäßig Sport betreibt, ein Drittel überhaupt keinen?

Mag. Martin Klug, „Kids am Ball“:

„Dribbeln - Schießen - Werfen - Fangen, diese Fertigkeiten sollten Kinder bis 10 erlangen! Es ist erschreckend zu sehen, dass viele Kinder in der 4. Klasse Volksschule noch nicht die BASISTECHNIKEN der BALLSPORTARTEN beherrschen. Abgesehen von den zusätzlichen motorischen Einschränkungen in Koordination und Körperwahrnehmung. 3 - 4 Schulstunden Turnen in der Woche sind definitiv zu wenig für Kids, die mitten im Ausleben ihres natürlichen Bewegungsdrangs stecken!!“

Wir fordern: Öffnung von Sporthallen und Sportplätzen für den Freizeit- und Gesundheitssport – auch in den Ferien. Einbeziehung der Vereine, Platzwarte und Schulwarte. Unkomplizierte Kooperationen zwischen Schulen und Sportvereinen.

Fortsetzung auf Seite 8

TOURISMUS:
Jeder zehnte Arbeitsplatz in Österreich hängt nachweisbar vom Sport ab. Die Bruttowertschöpfung des Österreichischen Sports beträgt aktuell 16,4 Milliarden Euro im Jahr – dies entspricht 7,49 % der gesamten Bruttowertschöpfung.
Dr. Franz Linser, Sportwissenschaftler und Tourismusexperte:
„Sport-Tourismus in Österreich hat einen großen Einfluss auf die Wertschöpfung."

Wir fordern: Einen verbindlichen 10-Jahres-Masterplan. Der Sporttourismus muss von der Politik gezielt gefördert werden. Anbieter sind nicht Bittsteller, sondern Botschafter eines florierenden Wirtschafssegments, dass das BIP deutlich erhöhen kann. Förderung des Wellness- und Gesundheitsbereichs mit seinen großen Wachstumsraten.

WIRTSCHAFT:
Viele fantasievolle Unternehmer haben längst begriffen, welche Gewinnchancen im (Freizeit-)Sport stecken. Eine englische Investmentfirma hat errechnet, dass weltweit in den Sport so viel investiert wird wie in die Stahlindustrie. Das sagt alles.
Florian Gschwandtner, Gründer Runtastic:
„Junge Unternehmen (Start-ups) brauchen eigene Regeln, um international erfolgreich sein zu können. Dies heißt, keine Arbeitszeitenregelung, weniger Bürokratie und weniger Steuerverpflichtungen für die ersten Jahre. Damit es mehr Finanzierung für diese potentiellen Unternehmen geben kann, muss Risikokapital wie auch in anderen Ländern, steuerlich absetzbar gemacht werden. In Österreich werden Milliarden vererbt und die Anlageformen sind Bank, Fonds & Immobilien und leider noch viel zu wenig „Menschen und ihre Ideen."

Wir fordern: Förderung der Ideen junger Unternehmer, steuerliche Begünstigung innovativer
Firmen im Sportbereich, die den Wirtschaftsstandort Österreich stärken.

KULTUR:
Sport fasziniert viele Künstler, denn Sport ist ein Kosmos der Dramaturgie
Werner Schneyder, Kabarettist, Regisseur, Schauspieler und Autor:
Unter dem Begriff „Kulturpolitik" wird allzu überwiegend nur Kunstpolitik verstanden und wesentliche Beiträge zur Kultur, etwa die Körperkultur und mit ihr der Sport werden nicht in ihrer soziologischen Bedeutung angesehen.

Wir fordern: Auch im Staatssekretariat für Kultur muss der Sport vertreten sein. Auch wegen vergleichbar sinnvoller Relation der Subventionen für Sport und Kultur.

SUCHTFALLE:
Amateurhaft extrem betriebener Leistungssport ohne fachliche Anleitung kann in die Suchtfalle Sport führen. Folgen: Physische und psychische Erkrankungen.
Mag. Norbert Meister, Sportwissenschaftler Bundessportakademie Wien:
„Im Gegensatz zu anderen Suchtformen stellt der Sport eine Verhaltensform dar, die mit Prestigegewinn einhergeht."

Wir fordern: Nur nach einem Lizenzierungssystem ausgebildete Trainer dürfen Fördergelder bekommen. Enttabuisierung der Sportpsychologie als Schutz vor exzessiver Sportausübung.

GEMEINDEN/REGIONEN:
Gemeinden können am besten für gesundheitsförderliche Lebensräume sorgen und dafür eintreten, dass Bewegung, Sport und gesunde Ernährung zum selbstverständlichen Alltag von Familien, Kindergärten, Schulen, Vereinen und Betrieben werden.

Lokale/regionale Gesundheits- und Sportmanager sollten sich besonders um Kindergärten und Schulen als ganzheitlich gesundheitsfördernde Lebensräume, Öffnung von Sporthallen und Sportplätzen für Sport und gesundheitsfördernde Bewegung kümmern, sowie um nachhaltige Kooperationen zwischen Kindergärten, Schulen und Sportvereinen.
Mag. Siegi Stemer, Pädagoge, langjähriger Bürgermeister und Landesrat für Sport/Bildung:
„Wo, wenn nicht in Familien, Kindergärten, Schulen und Vereinen können Lebenskompetenz, regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung nachhaltiger grundgelegt und verbessert werden?"

Wir fordern: Bemühen um gesundheitsfördernde Lebensräume in jeder Gemeinde; Koordinator/innen für Gesundheit, Bewegung und Sport in allen Kommunen bzw. Regionen; Budgetschwerpunkte für Kinder-/Jugendsport und gesundes Aufwachsen.

Wie die oben angeführten Punkte zeigen, ist der Sport eine Querschnittsmaterie, die unter der Führung des Sportministers in jedem Ministerium vertreten sein sollte.

DEKLARATION FÜR DEN SPORT
Versteht sich als Grundsatzpapier, das in einem fortlaufendem Prozess beim Sportforum Schladming er- und überarbeitet wird und sich den breiten Bedürfnissen und Entwicklungen des Sports in Österreich annimmt.
Herausgeber: Prof. Michael Kuhn, Ronald Leitgeb MAS.
Mitarbeit: Raimund Fabi, Florian Gschwandtner, Sven Gábor Jánszky, Peter Kleinmann, Mag. Martin Klug, Dr. Sabine Kubesch, Dr. Franz Linser, Manfred Polt, Jürgen Preusser, Gunnar Prokop, Dr. Werner Schneyder, Philip Slapar, Mag. Siegi Stemer, Mag. Hans Peter Trost, Mag. Michaela Waldherr, Prof. Othmar Weiß, Mag. Peter Zellman

Hinweis in eigener Sache: Beim 1. Sportforums in Schladming hielt unser Präsident, OA Dr. Rainer Gumpert, einen Vortrag hielt zum Thema „Vom Bandscheibenvorfall bis zum Querschnitt – Sport als Risiko oder Prävention?"

Vielseitig einsetzbar

Wie die PowerStrips™ den Alltag erleichter

Bei den PowerStrips™ handelt es sich um eine Hybrid-Technologie in Form eines beschichteten Pflasters. Eine Entwicklung des koreanischen Arztes Dr. Minsu Kim PhD (Future Engineering Technologie Institute der Universität Korea).

Die FDA (amerikanische Gesundheitsbehörde) listete diese Entwicklung als Medizinprodukt Klasse 1 zur Schmerzbehandlung. Doch es kann so viel mehr. Die Anwendung der PowerStrips™ ist ungefährlich für den Anwender und wurde an tausenden Probanden ohne jegliche Nebenwirkungen angewendet.

FGX Press Powerstrips™ helfen täglich tausenden Menschen, die unter Schmerzen leiden, als alternative und natürliche Methode zur Schmerzlinderung.

Anfang Dezember 2014 gab es im österreichischen Fernsehen (im ORF in der Sendung Heute Konkret), einen interessanten TV-Bericht über die PowerStrips. Seit 19.12.2014 haben die PowerStrips auch die europäische CE-Kennzeichnung.

In einer hochmodernen Einrichtung hergestellt, nutzen PowerStrips die Vorteile von Spitzentechnologie und uralten Kräuterheilmittel, um eine sichere und natürliche Lösung für die regelmäßige Schmerzlinderung zu liefern.

Die in den PowerStrips™ enthaltenen natürlichen Elemente, wie Germanium, Marines Phytoplankton und roter Ginseng helfen dabei, die optimale vorübergehende Linderung Ihrer häufigen Beschwerden zu unterstützen. Sie helfen, die natürliche Wärme und Energie des Körpers auf die Bereiche des Körpers umzuleiten, auf welchen die PowerStrips zum Einsatz kommen. Eine natürliche Klebeschicht macht die PowerStrips auch sicher für den täglichen Gebrauch.

Die drei wesentlichen Bestandteile sind:

- **Meeres Phytoplankton** als Grundstein unser aller Leben. Es beinhaltet alle essentielle Aminosäuren sowie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Dies sind auch wichtige Bestandteile zur Verarbeitung von Stress.
- **Roter fermentierter Koreanischer Ginseng** enthält 32 verschiedene Arten von Saponinen. Er wird ebenfalls als Stärkungsmittel für mehr Energie und Ausdauer verwendet. Trägt zur Schmerzlinderung sowie einer Verbesserung des Immunsystems bei. Im Ginseng befindet sich als Inhaltsstoff auch natürliches Silber.
- **Silber** hat bekanntlich antibakterielle und desinfizierende Wirkung, es dient der Keimfreiheit des Pflasters und beschleunigt somit die Wundheilung.

Die äußere Schicht der PowerStrips™ enthält elementares Germanium, das mit dem Körper nicht in Berührung kommt. Sie reflektiert die vom Körper ausgestrahlten Wärmewellen zurück in den Körper. Diese körpereigene Infrarot-Energie erhöht sanft die Gewebetemperatur – ähnlich wie eine Infrarotkabine – und führt zu einer besseren Durchblutung und Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und den nötigen Nährstoffen.

Die Original FGXPress PowerStrips™ sind im Alltag vielseitig einsetzbar: Bei Verspannungen, Stress und für einen spürbar höheren Energielevel. Sie unterstützen den Körper bei der eigenen Entgiftung, stärken, regenerieren, unterstützen und beeinflussen unser System positiv.

Die geniale Wirkung macht sich nach wenigen Anwendungen bemerkbar, bei manchen Personen sogar schon am nächsten Tag.

Den Anstieg Ihres Energieniveaus bemerken Sie rasch, probieren Sie es aus.

Workshop
Schmerzfrei, mehr Energie und gesunde Haut
durch die Powerstrips™ von FGX

Um eine optimale Unterstützung zu erzielen, ist es ratsam, sich von Ihrem Gesundheitsberater oder Therapeuten in einem persönlichen Gespräch diese Pflaster genau erklären zu lassen. Aus diesem Grund bieten wir diesen Workshop, als idealen Grundbaustein an, mit dieser Neuentwicklung die bestmöglichen Ergebnisse für seine Patienten zu erzielen. Im praktischen Teil werden wir die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten erfahren. Im Theorieteil vermittle ich ihnen die einzelnen Komponenten und Wirkungsweisen. Ein natürlicher Weg für die eigene Gesundheit und die der Patienten.

Inhalte: Erklärung der Wirkungsweisen und Inhaltsstoffe der FGX Powerstrips. Die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten im praktischen Üben und Weitergabe von Erfahrungsberichten.

Termin: 26. März 2016
Kurszeit: 10.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1
Referent: Peter Buchschachermair, Heilmasseur
Kurskosten: für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportThema € 35,–, für Nichtmitglieder € 40,–
Anmeldung ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Stolzes Jubiläum

Tag des Sports 2015 begeisterte eine halbe Million Besucher.

Das kleine Jubiläum seiner 15. Auflage wurde für den TAG DES SPORTS zu einem Sportfest der Superlativen, wie es in ganz Europa einzigartig ist: Rund eine halbe Million BesucherInnen strömten auf den Wiener Heldenplatz und begeisterte sich an Sportstars, Ehrungen, Mach Mit-Stationen, Gewinnspielen und dem finalen Konzert von THE MAKEMAKES.

Die in die 1. Europäische Woche des Sports eingebettete, neunstündige Veranstaltung diente auch einem guten Zweck. Die Sportfans trugen durch ihre Aktivitäten dazu bei, dass ein für die Bedürfnisse der querschnittsgelähmten Stabhochspringerin Kira Grünberg adaptierter und vom Sportministerium zur Verfügung gestellter Opel Combo „freigeschaltet“ werden konnte.

„Der Tag des Sports hat erneut die enorme Vielfalt des österreichischen Sportangebotes unter Beweis gestellt. 500.000 Besucherinnen und Besucher beweisen, welche Faszination vom Sport und seinen rotweißroten Sportstars ausgeht“, war Bundesminister Mag. Gerald Klug ebenso angetan wie Fußball-Teamchef

Kam mit dem Radl: Marcel Koller

Marcel Koller, der im Rahmen der EU-Radsternfahrt mit rund 400 Fans vom Prater-Stadion auf den Heldenplatz geradelt war, wo er bei seiner Autogrammstunde geradezu belagert wurde. „Ich habe die Begeisterung sehr genossen und sehe sie als Anerkennung für die Leistungen des Teams. Wir freuen uns, den Fans etwas zurückgeben zu können“, so der Teamchef.

Wie vielfältig das Angebot und wie groß die Begeisterung der BesucherInnen war, sehen Sie im folgenden Streifzug über den Heldenplatz.

Begeisterung pur: Über 500.000 Leute feierten mit

Zwei Marcels waren es, die für Euphorie auf dem Heldenplatz sorgten: Teamcef Marcel Koller, der mit dem Rad ankam und sich in der ÖRB-Pagode ebenso mit einem enormen Fanansturm konfrontiert sah wie Ski-Superstar Marcel Hirscher am Fotostand und danach bei seinen Autogrammstunden und der Ehrung auf der Hauptbühne.

Umjubelter Star: Marcel Hirscher

Rund 400 heimische Sportstars und Nachwuchstalente waren es, die – begeistert akklamiert von tausenden BesucherInnen – schöne Auszeichnungen der Republik Österreich entgegennehmen durften. Weitaus größer das „Packerl“, das Martin Mika mit nach Hause nahm: Als erster Finalteilnehmer des Mach Mit-Gewinnspiels hatte der langjährige Tag des Sports-Besucher und passionierte Hobbysportler aus Ottakring den passenden Schlüssel für den

schicken OPEL KARL im Wert von Euro 13.000, der dem 39-jährigen Wiener von Opel Österreich-Geschäftsführer Mag. Alexander Struckl (2. v. l.), Krone-Sportchef Robert Sommer (Mitte), Coca Cola-Marketingchefin Dr. Petra Burger (2. v. r.) und Sportminister Mag. Gerald Klug (r.) samt dem dazugehörigen Gutschein über einen jahresbedarf an Coca Cola-Produkten übergeben wurde.

Schlüsselübergabe: Der Hauptgewinner Martin Mika (li.) freut sich

Mit dabei bei diesem großartigen Event war, wie jedes Jahr, auch unser VÖSM&ÖGS-SportTheMa-Stand. Viele interessierte Besucher kamen vorbei, um sich für unsere Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten zu informieren.

Daniela Spötta (siehe rechts im Bild), Vorstandsmitglied unserer Vereinigung, stellte sich, wie jedes Jahr, auch wieder für Auskünfte zu unseren Aus- und Weiterbildungen zur Verfügung wofür wir unseren großen Dank aussprechen wollen. Links im Bild unsere Generalsekretärin Eva Janko, die natürlich auch am Stand der VÖSM&ÖGS-SportTheMa vertreten war.

Am VÖSM&ÖGS-SportTheMa-Stand: Eva Janko, Daniela Spötta

Aber auch unser Mario Ertl (unten) war voll beschäftigt, er versorgte erfolgreich zahlreiche „Patienten“ mit ihren „Wehwehchen“ mit dem Medizinischen Tapen nach der Kinesiomethode.

Versorgte zahlreiche „Patienten“: Mario Ertl im Einsatz

Ebenfalls als Gast auf unserem Stand vertreten war die Firma Bauerfeind und gab Auskunft zu ihren Produkten auf dem Gebiet von Orthesen, und Compressions Sportstrümpfen.

Was auch immer im Sport Spaß macht, es wurde am 15. Tag des Sports bei rund 140 Mach Mit-Stationen angeboten. Und die BesucherInnen aller Altersstufen waren mit viel Eifer und begeistert bei der Sache, wie unsere Bilder zeigen. Begeisterung gab es zum Ausklang des Sportfestivals auf dem Heldenplatz auch um THE MAKEMAKES, die einen „heißen“ Sporttag mit ebensolchen Rhythmen ausklingen ließen.

Stimmung auf dem Heldenplatz: THE MAKEMAKES

So verließen um kurz nach 20 Uhr tausende Sportfans und solche, die es an diesem Tag geworden sind, zufrieden und glücklich den Heldenplatz. Bereits zuvor wurde bereits der Termin des 16. Tag des Sports verkündet: Den 17. September 2016 könnt Ihr euch also bereits jetzt schon dick und fett in den Terminkalender eintragen. Wir sehen uns!

Fotos: Zolles/Steiger

Zusammenarbeit

Behandlungen mit Langzeitwirkung. Von Dr. Christian Haid

Viele Sportverletzungen sind zwar gut behandelbar, treten jedoch immer wieder auf. Typische Vertreter dieser Verletzungen sind Tennis-Ellbogen, Golf-Ellbogen und das Patella Spitzensyndrom. Auch Kreuzschmerzen entstehen oft durch Fehlbelastungen bei der Sportausübung und es entsteht regelrecht ein Wechselspiel zwischen Therapie und sportlicher Aktivität. Viele dieser Verletzungsmuster stehen tatsächlich in direktem Zusammenhang mit sportspezifischen Belastungsmustern.

Die Behandlung dieser Verletzungsmuster ändert jedoch nichts an den verursachenden Faktoren. Es muss daher analysiert werden, welche Belastungen aufgetreten sind und wie die Wirkungskette der Verletzungsentstehung ist. So schreibt Dr. Christoph Michlmayr zu diesem Thema in Sport Physiotherapie 26. Jahrgang, Heft 1: „Für einen nachhaltigen Therapieerfolg muss, neben der Beseitigung der Schmerzursache, auch eine Analyse der auslösenden Faktoren erfolgen“.

Aus Sicht der Biomechanik muss hinsichtlich dieser „auslösenden Faktoren“ zwischen dynamischen und statischen Effekten unterschieden werden.

Dynamische Effekte:

Dynamische Effekte sind oft schwer erkennbar. Als ein Beispiel ist hier ein Golfschläger kurz nach dem Ballkontakt dargestellt (Abbildung 1). Man erkennt wie der Schaft gebogen wird und diese Biegung als Welle zu den Händen wandert. Die Frequenz dieser Schwingung hängt vom verwendeten Material ab. Ebenso beeinflusst die Geometrie und das Material des Schaftes die Schwingungsamplitude. Dadurch wird klar, dass man Verletzungsmuster mit dem Sportgerät beeinflussen kann. Noch wichtiger ist jedoch der Umgang mit dem Sportgerät. Die Schwingungen übertragen sich über die Hände auf den Ellbogen und lösen dort Überlastungen aus. Diese schwingungsübertragende Kette kann am einfachsten unterbrochen werden, indem der Schläger mit lockerem Griff gehalten wird. Dadurch wird das schwingende System „Schläger“ entkoppelt und die schädlichen Belastungen erreichen den Ellbogen nicht.

Die Behandlung des Golf-Ellbogens wird daher nur dann dauerhaft wirken, wenn die ursächliche Belastung nicht wieder auftritt. Somit ist es extrem wichtig, auf die Ausführung der sportlichen Tätigkeit Einfluss zu nehmen.

Man darf nicht davon ausgehen, dass Trainer imstande sind, aufgrund richtiger Technik derartige Belastungen zu verhindern. So wird z. B. im Golf sehr viel am Griff gefeilt. Hauptursache für die Vibrationen des Schaftes ist jedoch der schlechte Kontakt mit dem Ball. Wird der Ball nicht mit dem „Schwerpunkt des Schlägerblattes“ getroffen, dann werden vermehrt Schwingungen ausgelöst. Man kann jedoch nicht erwarten, dass ein Golfer von Anfang an den Ball perfekt trifft. So gesehen ist die Lernphase eine besonders belastende Zeit und es muss darauf geachtet werden, dass das Training gelenksschonend aufgebaut wird.

Beim Tennis und beim Golf kann man, wie hier beschrieben, sehr gut über den Griff auf die auftretenden Belastungen Einfluss nehmen.

Belastungsanalyse am Beispiel Fußball:

Beim Fußball ist es nicht möglich eine Entkopplung zwischen Fuß und Ball herzustellen. Somit muss man einen einwirkenden Impuls auf jeden Fall in Kauf nehmen. Trotzdem kann man versuchen die beim Schussvorgang auftretenden Belastungen zu minimieren. Die Belastungskette beginnt beim Aufprall des Fußes am Ball und setzt sich über das Sprunggelenk und über das Kniegelenk fort. Betrachtet werden an dieser Stelle Probleme, die im Bereich des Kniegelenkes auftreten.

Analysiert man dieses Belastungsphänomen, dann stellt man fest, dass ein Impuls auf den Fuß bei angespanntem M. quadriceps wirkt. Der Schuss wird umso „härter“, je höher die Geschwindigkeit des Fußes beim Ballkontakt ist. Zusätzlich ist noch entscheidend, wie der Ball mit dem Fuß getroffen wird.

Physikalisch betrachtet ist das Bein ein Doppelpendel. Die Beschleunigung des Fußes erfolgt daher nicht nur durch die Anspannung des M. quadriceps und die entsprechenden Muskeln des Beckengürtels, sondern auch durch physikalische Effekte, die bei der Bewegung eines Drehpunktes entstehen, wenn ein Doppelpendel daran befestigt ist. Somit ergibt die physikalische Betrachtung Hinweise, dass es sinnvoll ist ein Training zu entwickeln, bei dem der Spieler ein Gefühl für den Einsatz des Doppelpendels erlernt.

Zur Verhinderung hoher Kräfte im Kniegelenk ist es wichtig die Spannung im M. quadriceps im Augenblick des Ballkontaktes gering zu halten. Der Impuls des Balles gegen den Fuß führt zur exzentrischen Belastung des M. quadriceps. Das erhöht die mechanische Spannung im Muskel und führt zu kurzzeitigen Belastungsspitzen im Bereich der Patella. Es ist daher vorstellbar, dass durch Veränderung der Schusstechnik auf das Patella Spitzensyndrom Einfluss genommen werden kann.

Belastung der Wirbelsäule bei ungünstiger Geometrie:

Für die Wirbelsäule entstehen besonders gefährliche Belastungen bei axialer Rotation und zusätzlichem seitlicher Neigung von Wirbelkörpern. Besonders hohe Belastungen entstehen in den Bandscheiben bei ligamentärer Stabilisation. Daraus kann gefolgert werden, dass durch Anspannung der Rumpfmuskulatur Belastungen vermindert werden können. Somit sollten Bewegungen immer so durchgeführt werden, dass sie muskulär stabilisiert sind.

In den verschiedenen Sportarten ist zu überprüfen, ob es möglich ist, extrem hohes Bewegungsausmaß zu vermeiden. Immer wenn Gelenke nahe an ihrem maximalen Bewegungsausmaß belastet werden, sind Muskeln in ihrer Effizienz beeinträchtigt. Es treten erhöhte Belastungen durch Zugkräfte in den gelenksnahen ligamentären Strukturen auf.

Zukunftsperspektiven:

Es muss eine verbesserte Zusammenarbeit zwischen Trainern, Biomechanikern und Medizinern stattfinden. Nur durch gemeinsames Erfahren und dem Erarbeiten einer für alle verständlichen Sprache können Brücken gebaut werden, die zu gesünderem leistungsförderndem Sport führen. Interdisziplinär darf kein Schlagwort sein. Offenes aufeinander Zugehen und offizielle Förderung derartiger Zusammenarbeiten hebt das Niveau im Leistungssport.

Abbildung 1: In dieser Bildfolge erkennt man die Verbiegung des Schlägerschaftes aufgrund des Ballkontaktes und die Weiterleitung dieser Welle zu den Händen. Derartige Vibrationen können Überlastungen erzeugen

Massage-Grundausbildung

für jeden Interessierten und für die Teilnahme zur Ausbildung in Sportmassage 2016

Unterrichtsfächer:

Theorie:		
Biologische und medizinische Grundlagen:		
Anatomie	30 UEH u.	50 EH-Heimst.
Histologie	10 UEH u.	10 EH-Heimst.
Physiologie	20 UEH u.	30 EH-Heimst.
Allgemeine Pathologie	10 UEH u.	15 EH-Heimst.
Vertiefende Pathologie	10 UEH u.	20 EH-Heimst.
Hygiene	10 UEH u.	10 EH-Heimst.
Erste Hilfe und Unfallverhütung	10 UEH	
Insgesamt	100 UEH u.	135 EH-Heimst.
Praxis:		
Klassische Massage	100 UEH u.	20 EH-Heimst.
Insgesamt Theorie und Praxis:	200 UEH u.	155 EH-Heimst.

Ausbildungsbeginn: vorauss. Jänner 2016 – nach dem Erreichen der Mindestteilnehmerzahl
Kurszeiten: Sa., So. jeweils 08.00 – ca. 18.00 Uhr
Kurskosten:
für Mitglieder € 1.400,– (exkl. Skripten),
für Nichtmitglieder € 1.490,– (exkl. Skripten)
(auch in Ratenzahlungen nach Vereinbarung möglich). Einzahlung auf das Konto der VÖSM & ÖGS-SportTheMa bei der Raiffeisenregionalbank Mödling,
IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188,
BIC: RLNWATWWGTD
Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Ausbildungsleitung: HM Michael Minarik
Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, (siehe Seite 14)

Hier noch eine Bildunterschrift

Ausbildung zum/zur Sportmasseur/in

nach den Richtlinien der VÖSM & ÖGS-SportTheMa

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.

Nachdem noch einige Plätze frei sind, haben Sie die Möglichkeit, auch noch ab dem zweiten Modul einzusteigen!

Teilnahmevoraussetzungen: Abgeschlossene Massage-Grundausbildung bei der VÖSM&ÖGS-SportTheMa, USI Wien oder bei einem von der VÖSM&ÖGS-SportTheMa anerkanntem Institut mit Lehr- und Stundenvorgaben, Gewerbl. Masseure/Innen, Med. Masseur/in, Heilmasseure/Innen.

Ausbildung:
300 Unterrichtseinheiten bei 9 Kursteilen, inkl. 70 Std. Vereinspraxis (Unterrichtseinheit = 45 Minuten)

Termine:
1. Modul 26. – 27. September 2015
2. Modul 9. – 11. Oktober 2015
3. Modul 13. – 15. November 2015
4. Modul 11. – 13. Dezember 2015
5. Modul 15. – 17. Jänner 2016
6. Modul 19. – 21. Februar 2016
7. Modul 11. – 13. März 2016
8. Modul 8. – 10. April 2016
9. Modul 3. – 5. Juni 2016

Abschlussprüfung 25. Juni 2016

Kurszeiten: Freitag ab 18.00 – ca. 22.00 Uhr,
Samstag 8.00 – ca. 22.00 Uhr,
Sonntag 8.00 – ca. 16.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Quartier: Auf Anfrage im Sekretariat

Kurskosten:
Komplette Ausbildung für Mitglieder der VÖSM & ÖGS-SportTheMa und USI-Absolventen € 1.710,–, für Nichtmitgl. € 1.820,– (Ratenzahlungen möglich, jedoch erhöht sich der Beitrag um jeweils € 90,–!). Für Aufent und Verpflegung am Kursort sowie Fahrtkosten haben die Teilnehmer selbst aufzukommen.

Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*
Sämtliche Lehrgegenstände sind auch einzeln zu besuchen, Stundenplan und Kosten auf Anfrage im Sekretariat der VÖSM & ÖGS-SportTheMa

Schmerzfreiheit

Schnellere Rehabilitation bei Verletzungen des vorderen Kreuzbandes und der Oberschenkelmuskulatur

Die vordere Kreuzbandruptur gilt als die am häufigsten auftretende Gelenkverletzung überhaupt. Oft ist sie die Folge plötzlicher Bewegungen im Alltag oder steht im Zusammenhang mit einem Rotationstrauma, wie es im aktiven Sport, etwa beim Skifahren oder Fußball, typisch ist. Bei partiellen und totalen Rupturen ist das oberste Therapieziel immer die Beweglichkeit und Stabilität des Kniegelenks wiederherzustellen. Schmerzfreiheit ist dabei ein wichtiger Aspekt.

Knieorthese SofTec Genu

Hier überzeugt die spezielle Konstruktion der **Knieorthese SofTec Genu**. Sie gewährleistet eine therapiesichere Stabilisierung nach dem 4-Punkt-Prinzip und kombiniert sie mit den schmerzlindernden und muskelaktivierenden Eigenschaften einer Bandage.

Ihre vier Gurte stabilisieren zusammen mit seitlichen Schienen und unelastischem Vektorgestrick das Knie und reduzieren den Tibia-Vorschub. Die intelligenten Orthesengelenke stellen sich automatisch auf den individuellen Kompromissdrehpunkt ein und fördern einen natürlichen Bewegungsablauf. Extension und Flexion können therapiegerecht in 10°-Schritten limitiert werden.

Das nur in Längsrichtung dehnbare Gestrick der SofTec Genu lässt Muskelspiel zu und massiert bei Bewegung das Weichteilgewebe. Das lindert Schmerzen und aktiviert die Muskulatur. Die integrierte viskoelastische Pelotte schützt die Kniescheibe, hält sie in korrekter Position und übt ebenfalls eine schmerzlindernde Wechseldruckmassage aus. Auf diese Weise werden sensomotorische Regelkreise verstärkt angesprochen und die Propriozeption verbessert. Damit unterstützt die SofTec Genu eine frühe Mobilisierung und verringert das Risiko von Folgeverletzungen – ein Vorteil gegenüber klassischen Hartrahmenorthesen, die mit ihrem rigiden Gestell sehr gut, aber nur mechanisch stabilisieren.

Diesem Vorteil ging eine biomechanische Studie von Dr. Gerda Strutzenberger et. al. am Karlsruher Institut für Technologie (KIT) nach. Sie konnte beim Vergleich der SofTec Genu mit einer Hartrahmenorthese an Bewegungsaufgaben zeigen, dass die passive und aktive Kniestabilität durch das Tragen der SofTec Genu signifikant erhöht wurde. SofTec Genu reduzierte nachweislich den Tibia-Vorschub und erreichte bei einzelnen Parametern, wie der Kraftanstiegsrate im verletzten Bein, bessere Werte als die Hartrahmenorthese.

Eine Folgestudie am KIT überprüfte jetzt diese Ergebnisse zur stabilisierenden Wirkung der SofTec Genu an komplexeren Alltagsbewegungen mit zum Teil sportähnlichem Charakter wie Treppensteigen und Einbeinsprüngen. Die gewonnen Daten werden aktuell ausgewertet für Aussagen zur Funktionsweise der Orthesen hinsichtlich der Ganzkörperkinematik und -dynamik, dem dynamischen Gleichgewicht und der Gelenkkoordination.

Activbandage MyoTrain

Die **Aktivbandage MyoTrain** hilft bei Verletzungen der Oberschenkelmuskulatur. Sie wirkt wie ein Tape-Verband (Muskelaufhängeverband), denn ihr Gestrick komprimiert großflächig den Oberschenkel. Durch das einstellbare Klettgurtsystem kann die Kompression individuell reguliert werden. Bei Bewegung wird daraus eine massierende Wechselkompression. Zwei Pelotten können zusätzlich frei in der Bandage platziert werden: Die kleine Akutpelotte stoppt Blutungen und grenzt Hämatome ein, wenn sie unmittelbar nach der Verletzung an der betroffenen Stelle eingefügt wird und so dort gezielt Druck ausübt. Die größere Funktionspelotte komprimiert die Region um die verletzte Stelle und minimiert regelmäßig entstehende Ödeme. Ihre Längsrillen fördern den Abfluss der Lymphflüssigkeit. Die MyoTrain kann auch ohne Pelotten getragen werden, beispielsweise bei fortschreitender Rehabilitation oder zur Prävention.

Ihr atmungsaktives, feuchtigkeitsregulierendes Gestrick hat besonders elastische Ränder mit Silikon, so dass die Kompression sanft ausgeleitet wird und die Bandage nicht rutscht oder einschnürt. Ihre anatomische Form garantiert sicheren Sitz und hohen Tragekomfort. Sie ist einfach an- und abzulegen.

Weitere Informationen: *www.bauerfeind.at*

Ausbildung in

Manueller Lymphdrainage

nach Dr.Vodder

Komplexe physikalische Entstauungstherapie (ML/KPE)
Basis- und Therapieseminar inkl. Arztunterricht

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

Eine wesentliche Komponente der physikalischen Entstauungsbehandlung ist die „Manuelle Lymphdrainage". Durch spezielle Massagegriffe wird sowohl eine Erhöhung der Transportkapazität des Lymphgefäßsystems als auch eine Verschiebung interstitieller Flüssigkeit von der Peripherie in zentrale Stromgebiete erreicht. Optimale Behandlungsergebnisse lassen sich jedoch nur dann erzielen, wenn die MLD und die anschließende Kompressionsbehandlung von qualifizierten Therapeuten durchgeführt werden.

Neben der persönlichen Aus- und Fortbildung durch qualifiziertes Lehrpersonal ist eine kontinuierliche Anwendung dieser Behandlungsform und ein ständiger intra- und interdisziplinärer Erfahrungsaustausch eine weitere Voraussetzung für einen gleichbleibenden, den aktuellen Bedürfnissen angepassten Qualitätsstandard.

Die VÖSM & ÖGS ist daran interessiert, dass durch die Sicherstellung eines hohen Wissenstandards, verbunden mit ausreichenden praktischen Erfahrungen, eine umfassende Patientenbetreuung gewährleistet ist.

Unsere Teilnehmer erhalten auf internationalem Niveau stehende Aus- und Weiterbildung in einem Umfang von 180 Unterrichtseinheiten.

Inhalt:

Allgemeine theoretische Grundlagen (Blutkreislauf, Interstitium und Lymphgefäßsystem, Ödeme/Ödempathophysiologie)

Indikationen und Kontraindikationen, Befunderhebung

Entstauende Maßnahmen (Therapieform: MLD, Kompressionstherapie, entstauende Wirkung der Muskel und Gelenkstätigkeit, Resorptionsförderung durch Elektrotherapeutische Maßnahmen, Stellenwert der Atmung für den venösen und lymphatischen Rückfluss, entstauenden Wirkung durch Lagerung, Ödemverringerung durch Kühlung, entstauende Wirkung durch hydrotherapeutische Anwendungen)

Posttraumatische und postoperative Schwellungen (Behandlungs- und Entstauungskonzepte bei typischen traumatischen Schwellungen

Rheumatisch bedingte Schwellungen (Pathophysioligsche Grundlage, Therapiemöglichkeiten, Physiotherapie)

Venöse Abfluss-Störungen (Pathophysiologische Grund--lagen, Therapiemöglichkeiten)

Lymphödeme (Therapieformen)

Kommissionelle Abschlussprüfung nach dem letzten Teil!

Termine: 17. – 20. März 2016
19. – 22. Mai 2016
16. – 19. Juni 2016
30. Juni – 3. Juli 2016

Kurszeit: täglich von 8.00 – 18.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1

Referent:
Paul Streibl, Fachlehrer für ML und Sportphysiotherapeut des Deutschen Sportbundes sowie ein zusätzlicher Facharzt

Kosten für die gesamte Ausbildung:
für Mitglieder € 1.200,–, für Nichtmitglieder € 1.300,–

Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Fortbildungsseminar
Verletzungsprophylaxe – lokales und globales Muskelsystem

Gelenksverletzungen entstehen oftmals auf Grund einer Dysbalance zwischen dem lokalen und globalen Muskelsystem, zwischen den Muskeln, die die Gelenke stabilisieren und jenen, die sie bewegen. Inhalt des Seminars wird die Präsentation therapeutischer Übungen sein, um das optimale Zusammenwirken aller Muskel zu verbessern, mit dem Ziel, bei sportspezifischen Bewegungen die Gelenke zu kontrollieren und zu schützen und so Verletzungen vorzubeugen.

Termin: voraussichtlich April 2016
(Genauer Termin auf Anfrage)
Kurszeiten: Samstag von 9.00 bis 18.00 Uhr und Sonntag von 9.00 bis 15.00 Uhr
Kosten: für Mitglieder der VÖSM & ÖGS und USI € 250,–, für Nichtmitglieder € 290,–
Referentin: PT Sabine Gmeiner-Gieber, Sportphysiotherapeutin
Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Fortbildungsseminar
CTT – Connectiv tissue therapy
(Fascienbehandlung)

In diesem Seminar erfahren Sie Zusammenhänge über die Wichtigkeit des Bindegewebes und der Faszien, die Bedeutung dieser Systeme für die Schmerzentstehung, die Behandlung therapieresistenter funktioneller Schmerzsyndrome aber auch über die manuellen diagnostischen Möglichkeiten. An praktischen Beispielen werden die durchwegs sanften Techniken demonstriert und im gemeinsamen Workshop vertieft. Fingerspitzengefühl und die Bereitschaft, sich auf eine neue Therapie-Ebene einzulassen wäre mein Wunsch an Sie, wenn Sie an diesem Seminar teilnehmen möchten.

Termin: 9. – 10. Oktober 2016
Kurszeiten: Samstag von 9.00 bis 17.00 Uhr und Sonntag von 9.00 bis 13.00 Uhr
Kosten: für Mitglieder der VÖSM & ÖGS € 290,–, für Nichtmitglieder € 320,–
Referent: Prim. Dr. Andreas Kainz
Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt
Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Fortbildungsseminar
RÜCKENSCHMERZ – Was tun? Ursache und Therapie

Die Probleme des Stütz- und Bewegungsapparates sind die häufigsten Schmerzursachen der Menschen in den Industrieländern. Zwei Drittel der Beschwerden sind Wirbelsäulenbeschwerden, 80 % der Menschen hatten bereits Rückenschmerzen. Nur 15 % der Beschwerden zeigen ein Substrat in der Bildgebung, die anderen 85% sind unspezifisch, das heißt, nur die klinische Untersuchung ist imstande, Art und Ort der vorliegenden Störungen zu erkennen und entsprechende Behandlungen einzuleiten. Eine Hauptursache für Störungen stellt die Erkrankung der Bandscheibe dar.

Das Seminar behandelt die Möglichkeiten der Behandlung von konservativ bis operativ. Die diagnostischen Möglichkeiten und Prognose insbesondere beim Sportler.

Wir laden Sie herzlich ein, an diesem sehr interessanten Fortbildungsseminar teilzunehmen.

Termin: 14. November 2015

Kurszeiten: von 13.00 bis ca. 19.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeizentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1
Referent: Univ. Ass. OA Dr. Rainer Gumpert, Facharzt für Unfallchirurgie, Sportarzt, Wirbelsäulenspezialist an der Universitätsklinik Graz

Kurskosten: für Mitglieder der VÖSM & ÖGS € 130,–, für Nichtmitglieder € 150,–
Anmeldungen ab sofort: VÖSM & ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Österreichische Sporttherapie-Ausbildung

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

Die Sporttherapieausbildung ist eine aufbauende Zusatzausbildung zum/zur VÖSM & ÖGS-SportTheMa Sportmasseur(in) und erfolgt in einem einjährigen Bildungsgang.

Ziel:
Eine noch speziellere Ausbildung in Sporttherapie mit Praxischwerpunkt soll gewährleisten, dass geeignete Maßnahmen für Prävention und Regeneration im Sport gesetzt werden.

Ausbildung:
233 Unterrichtseinheiten an 10 Wochenendterminen (1 Wochenendtermin pro Monat,
Ferienzeit ausgenommen!)
Insgesamt 10 Wochenendmodule mit Abschlussprüfung, Beginn jeweils Samstag und Sonntag von 8.30 bis 18.30 Uhr, anschließend 1 Samstag-Termin für die Abschlussprüfung.

Teilnehmerlimit: 20 Personen.

Termin:
Voraussichtlicher Beginn Jänner 2016.
Genaue Termine auf Anfrage ab ca. November 2015 im Sekretariat oder auf der Homepage.

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, Liese Prokop-Platz 1, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Quartier: Auf Anfrage im Sekretariat

Kurskosten: Für Mitglieder € 1.690,–, für Nichtmitglieder € 1.790,– (Ratenzahlungen möglich, jedoch erhöht sich der Beitrag um jeweils € 90,–!). Anzahlung € 300,– oder Gesamtbetrag auf das Konto der VÖSM&ÖGS-SportTheMa bei der Raiffeisenregionalbank Mödling, IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188, BIC: RLNWATWWGTD.

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, Adresse siehe „Kursort“, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833 401, Mobil 0676/7006491, E-Mail: *office@sportthema.at*

Sämtliche Lehrgegenstände sind auch einzeln zu besuchen, Stundenplan und Kosten auf Anfrage im Sekretariat der VÖSM&ÖGS-SportTheMa

Vortrag

Leistungstief?

Ursachen und natürliche Behandlungsstrategien

Die aktuellen Möglichkeiten zur Optimierung der Zellfunktionen im Leistungssport:
- Was bedeutet Höchstleistung für den Organismus?
- Welche Rolle spielt der Darm im Sport?
- Wie vermeide und entsorge ich Stoffwechselprodukte (Laktat, Ammoniak ...)?
- Wie versorge ich meine Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen?
- Auf welche Mikronährstoffe kommt es im Leistungssport an?

Termin:
Samstag, 5. März 2016

Zeit:
14.00 – ca. 18.30 Uhr

Ort:
Bundessport- und
Freizeitzentrum Südstadt,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1

Referent:
Dr. med. Henning Sartor, Facharzt für Allgemeinmedizin und Anästhesiologie, Dozent für Komplementärmedizin an der Donau-Universität Krems, Vizepräsident und Ausbilder der Internationalen Gesellschaft der Mayr-Ärzte, Ärztlicher Leiter des Bergmüller-Zentrums Wien (*www.enorminform.at*), Ausbildungsdozent des Instituts BIOVIS, Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Probiotische Medizin (*www.radixbalance.at*)

Dr. med. Henning Sartor

Kosten:
für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportThema € 80,–,
für Nichtmitglieder € 100,–

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, Adresse siehe „Kursort“, Telefon 02236/865875, Fax 02236/26833 401, Mobil 0676/7006491, E-Mail: *office@sportthema.at*

VÖSM & ÖGS-SportTheMa führt,

bei Zustandekommen von mindestens 12 Personen, jedes Seminar, das gewünscht wird durch, wie z. B. Anatomie am Präparat im Anatomischen Institut in Wien und Innsbruck, Röntgenseminar, Laserseminar mit Laserschutzbeauftragten, Beckenbodenseminar, Fußreflexzonen-Seminar, Akupunktmassage-Seminar, Tapekurs, etc.

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

Seminar

Vom Hobby bis zum Spitzensportler optimal versorgt:

Können Einlagen, Sportkompression und Bandagen die Leistungsfähigkeit der Sportler verbessern?

Ausbildungskonzept für Heilmasseure, Sportmasseure, Sporttherapeuten, Physiotherapeuten und Sportphysiotherapeuten

Dieses Seminar informiert über medizinische Hilfsmittel im Sport und ihren Einsatz zur Prävention, Therapie und Rehabilitation von Schmerzen und Verletzungen.

Es vermittelt die Grundlagen dazu, wie Hilfsmittel das Venensystem, Gelenke und Muskeln unterstützen und stellt Produktmuster zum Ausprobieren vor.

Der Anbieter dieser Produktmuster entwickelt u. produziert medizinische Hilfsmittel, die höchsten Ansprüchen genügen.

In Forschung und Entwicklung arbeitet der Hersteller eng mit Ärzten und Sportmedizinern zusammen. Dabei fließen auch Erfahrungen mit und die Erkenntnisse aus der Versorgung von Spitzenathleten ein. Denn weltweit vertrauen Top-Athleten/innen auf die Qualität der Bandagen, Orthesen, orthopädischen Einlagen und Kompressionsstrümpfe.

Von 2002 bis 2010 war der Hersteller offizieller Ausstatter der deutschen Olympiamannschaften und immer mit einem Serviceteam bei den Sommer- und Winterspielen vor Ort.

Inhalte:

Einführung Bandagen und Orthesen
Biomechanik und Sensomotorik
Pathophysiologische Grundlagen
Einsatz von Bandagen und Orthesen: präventiv, kurativ, rehabilitativ, rekonditionierend
Die 5 Ws (Was? Wer? Wo? Wie? Wann?)
Wissenschaftliche Grundlagen
Mythos: Bandagen hindern Muskelaufbau, was ist dran?

Kompression im Sport
Grundlagen der Kompressionstherapie
Wirkungsweise im Sport
Regeneration und Reisen
Laufen mit oder ohne Kompression

Fußfehlstellung / Fußanalyse
Fuß und Belastung
Fußanalyse mit und ohne Laufband
Dynamische Einlage vs. Korrektureinlage
Barfußtechnologie
Einlagen und Lauftechnik

Termin: 7. November 2015
Zeit: 8.00 bis 18.30 Uhr
Ort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1
Referenten: Wolfgang Pachatz, Mag. SPT
Dirk Schwager, Othopädietechnikmeister (CPO)
Karin Tresohlavy, MSPhT, MSc, Lehrtherapeutin
Kosten: für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportThema € 100,–, für Nichtmitglieder € 130,–
Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

Anzeige

Upledger CranioSacral Therapie®
Kursangebot 2015
www.upledger.at

Upledger CranioSacral Therapie®
Upledger Philosophie, Anatomie, CranioSacrales System, SomatoEmotionale Entspannung

Einführungskurse:	» Salzburg	29.09. - 03.10.'15
	» Wien	12.10. - 16.10.'15
	» Klagenfurt	02.11. - 06.11.'15
	» Linz	16.01. - 20.01.'16
	» Graz	29.02. - 04.03.'16
	» Absam/T	04.04. - 08.04.'16

Viszerale Manipulation

Einführungskurse:	» Wien	09.02. - 13.02.'16
	» Linz	27.04. - 01.05.'16
	» Graz	18.05. - 22.05.'16
	» Absam/T	31.10. - 04.11.'16
CranioMandibular Gelenk	» Graz	04.11. - 07.11.'15
Manuelle Mob. d. Gelenke I	» Graz	26.11. - 29.11.'15
Litsening Techniques I	» Linz	22.04. - 24.04.'16

Ausführliches Jahresprogramm 2015
Information und Anmeldung: Tel: +43 (0)316-84 00 500
Fr. Christine Dillinger Fax: +43 (0)316-84 00 503
A 8010 Graz, Sparbersbachg. 63 e-mail: office@upledger.at

UPLEDGER INSTITUT ÖSTERREICH
THE BARRAL INSTITUTE Austria Satellite

Grundkurs

Triggerpunkt-Seminar

Die Triggerpunkt-Massage ist jene Form von Massage, bei der mit gezielten Handgriff-Techniken akute und chronische Störungen des Bewegungsapparates muskulär behandelt werden können.

Gerade bei hartnäckigen oder therapieresistenten Beschwerden (zum Beispiel chronische Lumbalgie) erweist sie sich als eine sehr erfolgreiche Behandlungsmethode.

Termin: 28. – 29. November 2015
Genauer Termin wird noch auf Anfrage oder auf der Homepage bis Ende Juli bekanntgegeben.

Kurszeiten: Samstag, von 9.00 bis 18.00 Uhr
Sonntag, von 9.00 bis 14.00 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1

Referentin: Sabine Gmeiner-Gieber, Physiotherapeutin, Sportphysiotherapeutin

Kosten: für Mitglieder der VÖSM&ÖGS-SportThema € 240,–, für Nichtmitglieder € 280,–

Anmeldungen ab sofort:
VÖSM&ÖGS-SportTheMa (siehe links),
Anmeldung gilt nur nach Einzahlung des Kursbeitrages auf das Konto der VÖSM&ÖGS-SportTheMA bei der Raiffeisenregionalbank Mödling,
IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188,
BIC: RLNWATWWGTD

Fortbildungsseminar
Training-, Spiel- und Wettkampfbetreuung
fachspezifisch für den Fußballsport

Einsatz vom Nachwuchsbereich bis zur Nationalmannschaft für Masseure, Sportmasseure, Sporttherapeuten, Sortphysiotherapeuten sowie Med. Masseure und Heilmasseure

Die Vereinigung Österreichischer Sportmasseure und Sporttherapeuten & Österreichische Gesellschaft für Sportphysiotherapie bietet oben angeführtem Berufszweig die einmalige Gelegenheit, sich auf dem Sektor Fußball ihr Wissen, ihr Können und ihre Erfahrung bei diesem Seminar unter der Leitung des erfahrenen langjährigen Sporttherapeuten des Österr. Fußballnationalteams, Thomas Schmal, zu erweitern. Sein Ziel ist es, einmal all die zusätzlichen Dinge, die von Ihnen erwartet werden, aufzuzeigen und näher zu bringen. Es sollte sich jeder Masseur und Therapeut der verantwortungsvollen und umfassenden Aufgabe bewusst sein, denn nur so ist es möglich, das Niveau auf diesem Gebiet hoch zu halten und laufend zu optimieren.

Wir laden Sie aus diesem Grunde herzlich ein, sich für dieses Seminar anzumelden.

Inhalte: Spezielle Massagetechniken, Ernährung, Wundversorgung und Funktionelle Verbände sowie viel praktisches Wissen auf dem Fußballsektor.

Termin: 22. November 2015
Kurszeit: 9.00 bis 17.00 Uhr
Kursort: Bundessport- und Freizeizentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1
Referent: Thomas Schmal, langjähriger Sporttherapeut des Österr. Fußball-Nationalteams
Kurskosten: für Mitglieder € 120,–,
für Nichtmitglieder € 150,–
Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

An die VÖSM & ÖGS-Sport-TheMa
Liese-Prokop-Platz 1, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Fortbildungsseminar „Training-, Spiel- und Wettkampfbetreuung“ fachspezifisch für den Fußballsport am 22. November 2015 an. Die Kursgebühr zahle ich 3 Wochen vor Beginn des Seminars auf das Konto der VÖSM & ÖGS-SportTheMa (Raiffeisenregionalbank Mödling, IBAN: AT34 3225 0000 0161 9188, BIC: RLNWATWWGTD, ein.

Name _____ Geb.Datum: _____

Adresse _____

Tel.Nr. _____

E-Mail: _____

Beruf: _____

_____
Datum (Unterschrift)

Fortbildungsreihe
Klinisches-Osteopatisches Tapen

Der Grundstein für erste Therapieansätze mit einem elastischen Klebeband wurde durch moderne Therapiemethoden für den Bewegungsapparat, durch die Berücksichtigung ganzheitlicher Aspekte im medizinischen Denken und Handeln sowie durch das tiefe Verständnis über Faszien und neurosegmentale Reize gelegt. So hat in den 1980er-Jahren der japanische Arzt und Chiropraktiker Kenso Kaze eine revolutionäre Methode (Kinesiotaping® – registrierter Markenname der Ken Ikai Gesellschaft in Japan) und ein elastisches Tape (Kinesiotape®) entwickelt, welche die bisherigen Therapien hinsichtlich der Wirkungen auf die Muskulatur, Gelenke und Faszien in den Schatten stellte. Zeitgleich mit dem Siegeszug des elastischen Tapens haben der japanische Experte für die Traditionelle Chinesische Medizin und Osteopathie, Prof. Tanaka Nobutaka, und die koreanische Kinderärztin Dr. Aeo Kang ein nicht elastisches Gitterpflaster („Crosstape®“) entwickelt, das durch Faszienreizung und Änderung der Oberflächenspannung positiv auf die Akupunkturpunkte bzw. Triggerpunkte einwirkt.

Mit diesen beiden Therapiemethoden erfolgte eine enorme Unterstützung der konventionellen Therapie von Erkrankungen und Störungen des Bewegungsapparats und anderer Organsysteme.

In diesen beiden Kurslehrgängen werden die Grundlagen des klinischen Tapens mit klinischen Beispielen und Fällen näher gebracht. Weiters werden andere Techniken aus der manuellen Medizin und Osteopathie z. B.: Faszientherapie in einer harmonischen Symbiose miteinander demonstriert und angewendet.

Die Kurse sind in sich geschlossen und die Teilnahme berechtigt auch, diese Methoden anzuwenden!

Termine:

14. – 15. November 2015 Intensiv-Kurs für klinisches-osteopathisches Tapen. Thema: Beckengürtel und untere Extremität

20. Februar 2016 Refresher- und Diplom-Kurs für klinisches-osteopathisches Tapen

Im Rahmen dieses Kurses werden die Inhalte der Intensiv-Kurse u. a. auch mit Fallbeispielen wiederholt, geprüft und mit einem Diplom abgeschlossen.

Kurszeiten: Sa. und So. jeweils von 9.00 – 18.00 Uhr

Kursort: Bundessport- u. Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop-Platz 1

Referent: Dr. Ramin Ilbeygui,
FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie Arzt für Allgemeinmedizin

Kurskosten: f. Mitgl. je € 280,–, f. Nichtmitgl. je € 330,–; Refresher-Kurs f. Mitgl. € 140,–, f. Nichtmitgl. € 170,–. Im Preis inbegriffen sind Skripten – Extrakosten für Tapematerial € 20,– (sind beim Seminar direkt zu bezahlen!)

Anmeldung ab sofort für alle Kurse:
VÖSM & ÖGS-SportThema (siehe links)

Ausbildung in

Orthopädischer Manuelle Therapie

eklektisch und evidenzbasiert

institut für angewandte manuelle therapie

In diesem Kurs erlernen Sie die Kompetenzen (Clinical Reasoning, [Differential-] Diagnostik, Behandlung), die international gefordert werden, um Patienten im Direktzugang zu behandeln.

Diese Weiterbildung richtet sich an Therapeuten, die ihre Kompetenzen auf ein Niveau anheben möchten, um Patienten und Sportler auch in einer First Contact Situation sicher behandeln zu können. Die Inhalte orientieren sich dabei an den internationalen Standards der orthopädischen Manipulativen Physiotherapie (OMPT) und integriert zusätzlich die neuesten Erkenntnisse auf dem Gebiet der Trainingssteuerung.

Ziel der Weiterbildung:
Die teilnehmenden Therapeuten erlangen Kenntnisse und Fertigkeiten, um Patienten selbständig, umfangreich und kompetent, wie es in einer First Contact Situation erforderlich ist, betreuen zu können.

Inhalte:
Auf der Grundlage eines (ganzheitlichen) biopsychosozialen Verständnisses von Krankheit wird ein Clinical Reasoning Modell vermittelt, mit Hilfe dessen der Therapieprozess standardisiert und strukturiert werden kann.

Das Erkennen und der Umgang mit möglichen ernsthaften Erkrankungen (rote Flaggen) und psychosozialen Risikofaktoren (gelbe Flaggen) innerhalb des Therapieprozesses wird geschult.

Neben ausgewählten klassischen Inhalten der Manuellen Therapie aus Anatomie, Biomechanik und Neurophysiologie werden insbesondere gesundheitspsychologische Aspekte sowie der aktuelle Stand der Wissenschaft hinsichtlich Training sowie Trainingssteuerung erklärt.

Themen wie Stress, Schmerz und körperliche Belastbarkeit werden ausführlich behandelt, da sie eine immer bedeutendere Rolle in Gesellschaft und Therapie spielen. Die Inhalte der Weiterbildung sind wissenschaftlich untermauert; ein enger Praxisbezug ist wesentlich.

Besonderheiten:
Damit eine solche Weiterbildung auch höchsten Qualitätsstandards genügt, wird diese Kursreihe von zahlreichen nahmhaften Gastdozenten untermalt:

Dr. Christian Klein
FA Orthopädie
Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Fußchirurgie

Dr. Stephan Gentzsch
FA Radiologie

Prof. Heinrich Bergmüller
Leistungsdiagnostisches Zentrum, Wien

Vincent Vermeulen
Physio- & Manuelle Therapeut, Ramsau a. D.

Max Lak
Gesundheitscoach, NL

MMag. Peter Hauschild
CEO Heart Balance, Chronopsychologie der SFU Wien

Phillip Spöckmaier, BSc. PT, Fachlehrer Manuelle Therapie

Termine:
Modul 01: 07.01. – 10.01.2016
Modul 02: 10.03. – 13.03.2016
Modul 03: 05.05. – 08.05.2016
Modul 04: 15.09. – 18.09.2016
Termine für Modul 4 – 10 sowie für das Zwischen- und Endxamen werden ca. 1 Monat vor Ausbildungsbeginn bekanntgegeben!

Kurszeiten:
Tag 1: 11.00 – 19.00 Uhr
Tag 2 – 3: 09.00 – 19.00 Uhr
Tag 4: 09.00 – 12.30 Uhr

Kursort: Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt

Referent: Phillip M. Spöckmaier, BSc, Physiotherapeut und Fachlehrer für Manuelle Therapie

Kurskosten:
€ 3.800,– für Nichtmitglieder
€ 3.500,– für Mitglieder

Anmeldungen ab sofort: VÖSM&ÖGS-SportTheMa, 2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt, Liese Prokop Platz 1, Telefon 02236/865875 oder Mobil: 0676/700 64 91, Fax: 02236/26833 401, E-Mail: *office@sportthema.at*

2015/16

SportThema-Terminkalender

VÖSM & ÖGS-SportTheMa

09.-11.10.15 **Sportmasseur-Ausbildung –** 2. Modul

07.11.2015 **Vom Hobby bis zum Spitzensportler optimal versorgt**
– PT Mag. Wolfgang Pachatz
– CPO Dirk Schwager
– MSPhT, MSC Karin Tresohlavy

13.-15.11.15 **Sportmasseur-Ausbildung –** 3. Modul

14.11.2015 **Rückenschmerz – Was tun? Ursache und Therapie**
– Univ. Ass. Dr. Rainer Gumpert

14.-15.11.15 **Intensiv-Kurs „Klinisches-Osteopathisches Tapen“** 2. Teil
– Dr. Ramin Ilbeygui

22.11.2015 **Training-, Spiel- und Wettkampfbetreuung für den Fußballsport**
– Thomas Schmal

28.-29.11.15 **Triggerpunkt für Masseure –** Grundkurs
– Sabine Gmeiner-Gieber

11.-13.12.15 **Sportmasseur-Ausbildung –** 4. Modul

07.-10.01.16 **Orthopädisch Manuelle Therapie-Ausbildung –** 1. Modul

15.-17.01.16 **Sportmasseur-Ausbildung –** 5. Modul

20.02.2016 **Refresher- und Diplom-Kurs „Klinisches-Osteopathisches Tapen“** 3. Teil
– Dr. Ramin Ilbeygui

19.-21.02.16 **Sportmasseur-Ausbildung –** 6. Modul

05.03.2016 **Leistungstief? Ursachen und natürliche Behandlungsstrategien**
– Dr. med. Henning Sartor

10.-13.03.16 **Orthopädisch Manuelle Therapie-Ausbildung –** 2. Modul

11.-13.03.16 **Sportmasseur-Ausbildung –** 7. Modul

April 2016 **Verletzungsprophylaxe – lokales und globales Muskelsystem**
– Sabine Gmeiner-Gieber

08.-10.04.16 **Sportmasseur-Ausbildung –** 8. Modul inkl. Praktikum Vienna City Marathon

05.-08.05.16 **Orthopädisch Manuelle Therapie-Ausbildung –** 3. Modul

03.-05.06.16 **Sportmasseur-Ausbildung –** 9. Modul

25.06.2016 **Sportmasseur-Ausbildung –** Komm. Abschlussprüfung

09.-10.10.16 **CTT – Connectiv tissue therapie/ Faszienbehandlung**
– Prim. Dr. Andreas Kainz

Neustart
MASSAGE-GRUNDAUSBILDUNG
für Jedermann/Frau

ab 9. – 10. Jänner 2016

Neustart
SPORTMASSEUR-AUSBILDUNG

2. Modul 9. – 11. Oktober 2015
(siehe Seite 14)

Neustart
SPORTTHERAPIE-AUSBILDUNG

ab Jänner 2016
für alle Absolventen der Sportmasseur-Ausbildung
(siehe Seite 19)

NEU! NEU! NEU!

Unterrichtsfächer der Sportmasseur-Ausbildung und der Sporttherapie-Ausbildung sind ab Beginn dieser Ausbildungen (siehe oben angeführt) auch einzeln zu besuchen.
Der Stundenplan wird auf Anfrage bekanntgegeben.

Für alle Ausbildungen gilt:
Anmeldungen ab sofort bei der
VÖSM&ÖGS-SportTheMa,
2344 Ma.Enzersdorf-Südstadt,
Liese-Prokop-Platz 1
Telefon 02236/865875
Mobil 0676/7006491
Fax 02236/26833 401
E-Mail: office@sportthema.at

DRUCKEREI
BERGER
Der persönliche Drucker

Denken Sie beim Klima schlau!

Damit wir unser Klima schützen, druckt Berger CO_2-neutral und trägt stolz das Österreichische Umweltzeichen und das EU-Ecolabel. Senden Sie uns Ihre Druckanfrage mit einem guten Gefühl!

STAATLICHE AUSZEICHNUNG

Ferdinand Berger & Söhne GmbH
Horn | +43 (0) 2982 4161 - 0
Wien | +43 (0) 1 31335 - 0
Vertretungen:
OÖ | Tirol | Stmk.

www.berger.at

Pre-Press | Digitaldruck | Bogenoffsetdruck | Rollenoffsetdruck | Industrielle Buchbinderei

BAUERFEIND®
MOTION IS LIFE.

KNIE- UND OBERSCHENKELORTHESEN

MAXIMALE THERAPIESICHERHEIT UND TRAGEKOMFORT

ENTLASTEN UND LINDERN SCHMERZEN

SofTec® Genu
Multifunktionsorthese zur Stabilisierung des Kniegelenks

Wird bei Kreuzbandrissen, Seitenbandverletzungen, Arthritis oder in der Sporttherapie eingesetzt.

- Stabilisiert das Knie dank „intelligenter" Gelenkschienen und Spezialgestrick
- Hilft Schmerzen zu lindern
- Heilungsfördernde Massage bei jeder Bewegung

MyoTrain®
Aktivbandage zur Behandlung von Muskelverletzungen des Oberschenkels

Wird bei Muskelverletzungen am Oberschenkel wie Muskelfaserrissen, -zerrungen, -verhärtungen oder Prellungen eingesetzt.

- Lässt Schwellungen schneller abklingen
- Verkürzt die Heilungsphase
- Ist leicht anzulegen

BAUERFEIND.AT