

## **Myofascial Release in Therapie und Training**

Dysbalancen erkennen und ausgleichen

# Myofascial Release in Therapie und Training

## Dysbalancen erkennen und ausgleichen

### Einleitung

Diese praxisorientierte Fortbildung umfasst theoretische und praktische Kompetenzen für die Behandlung bei akuten sowie chronischen Schmerzen.

Nur die optimale Balance der körperlichen Funktionen und Qualitäten schafft die Grundlage für eine Schmerzreduktion. Dafür sind systemische, funktionelle und strukturelle Dysbalancen zu erkennen und auszugleichen.

Dieser Kurs umfasst zwei Module: theoretische und praktische Grundlagen in Theorie und Praxis, angewandt bei Therapie und Training. Direkte ausgewählte Myofasziale Techniken, die Du direkt in Deiner Arbeit umsetzen und integrieren kannst.

### Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Nur die optimale Balance der körperlichen Funktionen schafft die Grundlage für eine Schmerzreduktion. Dafür sind systemische, funktionelle und strukturelle Dysbalancen zu erkennen und auszugleichen.

Die Teilnehmenden können

- systemische Dysbalancen erkennen und ausgleichen
- funktionelle Dysbalancen erkennen und ausgleichen
- strukturelle Dysbalancen erkennen und ausgleichen

### Inhalte

- Fasziale und muskuloskelettale Veränderungen
- Therapiemöglichkeiten und Behandlungstechniken
- Integration in andere Körpersysteme-/abschnitte
- Indikationsspezifisches Training
- Empfehlungen für den Patienten
- Releasetechniken, Mobilisation, Core-Training, MyoFasziales Training, Kräftigung

**Methoden/  
Arbeitsweisen**

Ca. 60% Theorie und 40% Praxis

- Leitfragengestützte Ausarbeitung eines Fallbeispiels
- Einzel- und Gruppenarbeit verbunden mit Untersuchungs- und Behandlungstechniken
- Selbstreflexion und Lernkontrollfragen nach einzelnen Lernabschnitten

**Maximale  
Gruppengröße**

24 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Zielgruppe**

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Massage, Heilpraktiken und Osteopathie

**Teilnahme-  
voraussetzungen**

Berufsdiplom

**Dozent**

Edo Hemar



- Sportwissenschaftler (Univ.) mit Schwerpunkt Prävention/Rehabilitation und Sportmedizin
- Osteopath BAO, SportOsteopath
- Sportphysiotherapeut DOSB
- Master of Myofaszial Release in Sports Medicine
- Experte für Trainings- und Therapiewissenschaft, Funktionelle Bewegungslehre, Biomechanik und Gesundheitsmanagement

<u>Kursort</u>	Bad Zurzach
Kurs	21814
Datum	27. + 28. August 2021 und 12. + 13. November 2021
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 960.-