

## **Spiraldynamik® Einführung: 3D Wirbelsäulentherapie bei lumbalen Rückenproblemen**

Ursachen beheben statt Symptome behandeln

# Spiraldynamik® Einführung: 3D Wirbelsäulentherapie bei lumbalen Rückenproblemen

Ursachen beheben statt Symptome behandeln

## Einleitung

Spiraldynamik® ist ein anatomisch-funktionell begründetes Bewegungs- und Therapiekonzept. Im Vordergrund stehen das funktionelle Verständnis für das menschliche Bewegungssystem und neue Formen des motorischen Lernens.

Spiraldynamik beschreibt die Globalzusammenhänge menschlicher Bewegungskoordination gestützt auf phylogenetische und ontogenetische Merkmale menschlicher Anatomie. Die Konstruktionsweise des Bewegungssystems liefert die Information für den koordinierten Gebrauch. Die Spirale – der geometrische Baustein des Skeletts – zieht sich wie ein roter Faden durch die Form von Knochen, Bänder und Muskeln. Fuss skelett, Kreuzbänder und die Stellung der Wirbelgelenke sind nur einige Beispiele.

Spiraldynamik ist ein in sich schlüssiges Konzept, das Bewegungspotential, das im Menschen steckt zu sehen und zu fördern.

Die Spiraldynamik Akademie mit Sitz in Zürich ist verantwortlich für die Konzeption der Ausbildung und die fachliche Entwicklung des Konzepts.

Der Spiraldynamik Einführungskurs ist die beste Möglichkeit, Spiraldynamik in Theorie und Praxis kennen zu lernen. Erlebe Deine eigene Bewegungsvielfalt als Geniestreich der Natur mit Entfaltungspotential. Entdecke neue Perspektiven in der Therapielandschaft.

## **Handlungs- kompetenzen (Ziele)**

Du lernst

- praxisbezogene Einblicke ins Bewegungs- und Therapiekonzept der Spiraldynamik
- Globalzusammenhänge menschlicher Bewegungskoordination verstehen
- selbständiges Durchführen der Spiraldynamik Ganganalyse mit Schwerpunkt Becken, LWS, Hüftgelenk und Brustkorb
- das Erstellen einer Therapie- und Lernstrategie
- die Basisübungen der Spiraldynamik Therapie und Bewegungsschulung (Becken, LWS, Hüftgelenk, Brustkorb)
- Patienteninstruktionen für den Alltag und das Gehen

## **Inhalte**

In der Form der Wirbelsäule entfaltet sich das ganze Potential der Evolution des menschlichen Bewegungssystems. Schwerkraft und die Fortbewegung auf zwei Beinen haben Spuren hinterlassen. Die Spiraldynamik geht diesen auf den Grund, beleuchtet die Bauweise der Anatomie auf der Suche nach konkreten Antworten für Bewegungspraxis und Therapie. Das Ergebnis: sichtbar, nachvollziehbar und umsetzbar.

Aus dem grundsätzlichen Bewegungsverständnis lassen sich Richtlinien ableiten, die für die Therapie bei Problemen des unteren Rückens neue Möglichkeiten eröffnen.

Knickstellen stressen die Wirbelsäule unnötig. Die Bandscheiben sind die ersten Strukturen, die darunter leiden, die Facettengelenke folgen meist später. Unbewegliche Hüften und ein starrer Thorax sind meist die funktionellen Ursachen. Hier setzt die Spiraldynamik an: Ursachen beheben, statt Symptome behandeln.

Die einzelnen Therapieschritte sind definierbar! Die Therapiestrategie in der Akutphase folgt den Regeln der Pathomechanik. Die Rehabilitation hingegen definiert sich durch die Biomechanik: 3D-Bewegungsverhalten und axiale Stabilität durch Entspannung sind die Leitplanken der Rehastrategie. Ziel für den Patienten: Sein Bewegungspotential zu entfalten und so die Regeneration der Strukturen fördern.

**Methoden/  
Arbeitsweisen**

30% Theorie und 70% Praxis

- Einführungsvortrag
- Kurzreferate
- Plenumsdiskussion, Gruppenübungen
- Partnerübungen unter Supervision
- Geführte Reflexionsrunden
- Interaktiver Unterricht

Lernzielkontrolle

- Reflexionsübungen wie das Notieren von persönlichen Lernzielen, Gruppendiskussionen und direktes Feedback der Kursleitung
- Feedback der Kursleitung basiert auf: Beobachtung und Feedback während der praktischen Einheiten, auf Gruppenübungen, individuellen Diskussionen

**Maximale  
Gruppengröße**

20 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Zielgruppe**

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Sporttherapie und Ärzteschaft

**Teilnahme-  
voraussetzungen**

Berufsdiplom

## Dozent

Christian Heel



- Spiraldynamik Dozent
- Leiter der Spiraldynamik Akademie
- Physiotherapeut
- Bewegungsspezialist mit verschiedenen Fachausweisen in Therapie und Sport

## Publikationen

- Das Neue Denkmodell in der Physiotherapie, Band 1 Bewegungssystem, Lehrbuch 3D-Anatomie für Therapeuten und Pädagogen, Thieme Verlag Stuttgart
- Verschiedene Fachbeiträge in Physiotherapie-Zeitschriften

Motto: Menschen helfen, sich im eigenen Körper zu Hause zu fühlen

Kursort	Winterthur
Kurs	21341
Datum	21. + 22. September 2021
Zeiten	10.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 450.-