

## **Yoga und das Nervensystem**

Hands Off in der Physiotherapie (Akademie Hockenheim)

# Yoga und das Nervensystem (Akademie Hockenheim)

## Einleitung

Periphere Kompressionssyndrome, segmentale Störungen der Wirbelsäule und regulations-Dysfunktionen des vegetativen Nervensystems lassen sich sehr gut mit Yoga beeinflussen. Lerne in diesem Kurs mit wenig Aufwand ein einfaches Bewegungskonzept für Deine Patienten.

In Teil 1 dieses Kurses lernst Du 100% aktive Therapiekonzepte für die Behandlung von segmentalen und peripheren Kompressionssyndromen.

In Teil 2 geht es um die Beeinflussung des vegetativen Nervensystems durch Yoga.

Die Yoga-Übungsprogramme sind in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden für einen Grossteil der Patienten anwendbar.

Häufige Symptomkomplexe wie Schmerzverstärker-Syndrome, Spinalkanalstenosen, Gleitwirbel, Kompressionen des Plexus und peripherer Nerven, Dysfunktionen der Verdauungs-Thorax und Beckenorgane werden in diesem Kurs behandelt.

## Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Die Teilnehmenden können

- die Neurophysiologie an unterschiedlichen Symptomkomplexen in der Praxis anwenden
- Übungsprogramme für Patienten entwickeln welche zu 100% aktiv durchgeführt werden
- die einzelnen Asanas aus dem Yoga für die Patienten adaptieren (Basis der Übungsprogramme bildet das Yoga)

**Inhalte**

- Anatomie und Neurophysiologie des peripheren und vegetativen Nervensystems
- Verlauf und Pathologien der Plexus und der peripheren Nerven
- passende Yoga-Asans zu unterschiedlichen Erkrankungen und Symptomkomplexen

**Methoden/  
Arbeitsweisen**

10% Theorie und 90% Praxis

- Inputreferate
- Übungsdemonstration
- Übungssequenzen in Gruppen
- Feedback-Übungen

**Maximale  
Gruppengröße**

20 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Zielgruppe**

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie und Bewegungstherapie

**Teilnahme-  
voraussetzungen**

Berufsdiplom

## Dozent

Florian Hockenholz



- Physiotherapeut (Staatsexamen: 1999)
- Manuelle Therapie, Schmerzphysiotherapie, Sportphysio- und Sporttherapie, Osteopathie
- Studium der Betriebswirtschaftslehre
- Inhaber Akademie Hockenholz

### Referententätigkeit:

- über 2.300 Seminartage in 18 Jahren in Deutschland, Österreich, Schweiz, Polen & weitere Länder
- Professional Member der "German Speakers Association" (GSA)
- Lehraufträge der Wilhelms Universität Münster im Fachbereich 8 – Psychologie & Sportwissenschaft

### Herausgeber, Autor & Co Autor:

- Physiotherapie bei Schmerzen, Thieme Verlag 2016
- Physiotherapie für alle Körpersysteme (Frans van den Berg), Thieme Verlag 2016
- viele weitere Fachartikel

Kursort	Winterthur
Kurs	22628
Datum	10. – 12. Oktober 2022
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 690.–