



Rücken- und Schulterbeschwerden sind an der Tagesordnung. Genau darin liegt das Problem: Viele Übungen sind bekannt, werden aber unscharf ausgewählt, zu allgemein dosiert oder zu selten an den tatsächlichen Befund angepasst.

Dieser Live Online-Kurs setzt dort an, wo Standardprogramme nicht mehr ausreichen.

Im Mittelpunkt stehen häufige Problemthemen aus Praxis, Training und Rehabilitation wie unspezifische Rückenschmerzen, eine eingeschränkte Beweglichkeit der Brustwirbelsäule, die lumbopelvine Kontrolle, die Schulterimpingement-Symptomatik, die Scapula-Dyskoordination, die Belastbarkeit der Rotatorenmanschette, Spannungen im Bereich der HWS und des Schultergürtels, Kraftdefizite, Wahrnehmungsprobleme und gestörtes Timing.

Der Kurs besteht zu 100 % aus Praxis. Es werden direkt einsetzbare Übungen ohne Gerät sowie mit typischem Praxisequipment wie Gymnastik- und Widerstandsbändern, Seilzug, Sprossenwand, Gymnastikball und weiteren einfachen Hilfsmitteln gezeigt und geübt.

Entscheidend ist nicht die Menge der Übungen, sondern die passende Auswahl. Welche Übung bei welchem Befund? Welche Variante bei Schmerz, Schonverhalten oder fehlender Kontrolle? Wie wird sinnvoll gesteigert?

Der Live Online-Kurs richtet sich an aus- und fortgebildete Physio- und Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Sportwissenschaftlerinnen und -wissenschaftler sowie Trainerinnen und Trainer, die ihr praktisches Repertoire für den Bereich Rücken und Schulter auffrischen, ordnen und unmittelbar nutzbar machen möchten.

Technische Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Laptop oder PC mit einem gängigen Internetbrowser
- Lautsprecher (Kopfhörer), Mikrofon und Kamera
- stabile Internetverbindung

Die Zugangsdaten zum Online Seminar erhalten Sie per eMail.

Leitung	Alexander Dassel Physiotherapeut, sekt. Heilpraktiker Physiotherapie, Hochschuldozent
Kursgebühr	79,00 €
Beginn	14.08.2026
Ende	14.08.2026
Kurszeiten	Fr. 14.08., 15:00 - 19:00 Uhr
Kursort	Internet, www.acadia-ecampus.de
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Heilpraktiker, Sportwissenschaftler, Medizinische Fachberufe, Osteopathen
Fortbildungspunkte	4