EC-SPD-B-26-01-P

Live Online-Seminar: Spiraldynamik® Einführungskurs | 3D Bandscheibentraining: Prävention, Gesundheit fördern, Leistung steigern | 4 FP

Wie lassen sich Bandscheibenvorfälle vermeiden? Lassen sich Bandscheiben trainieren?

Die Risiken, die zu einem Bandscheibenvorfall führen, verstehen und die Maßnahmen kennen, die die Gesundheit der Bandscheiben fördern – darum geht es in diesem Spiraldynamik Live Online-Kurs.

Themen des Kurses:

- Biomechanik Bandscheibe
- Pathomechanik Bandscheibe
- Prävention in 4 Schritten
- Risiko Score Diskopathie
- Training: Aufbau der Bandscheiben in 3 Stufen

Ziel des Kurses:
Du kennst die besten Möglichkeiten die Belastbarkeit der Bandscheiben einzuschätzen und zu steigern. Anhand des Bandscheiben Risiko Scores bist du fähig, spezifische Belastungsreize richtig dosiert im Bandscheibentraining einzusetzen.

Du erkennst in der Bandscheibenfunktion die Gesetzmässigkeiten der globalen Bewegung des Rumpfs, das Prinzip der Aufrichtung und des Spiralprinzips – die Grundlagen des Spiraldynamik Konzepts.

Der Stoff wird mittels zielführenden Lehr- und Lernmethoden sowie unterschiedlichen Unterrichtsformen erarbeitet. Theorie und Praxis halten sich die Waage: Entdecken, üben, bewegen, überlegen und fragen prägen die Unterrichtsatmosphäre.

Technische Voraussetzungen für die Teilnehme:

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

Die Zugangsdaten zum Online Seminar erhalten Sie per eMail.

Leitung	Christian Heel | Physiotherapeut
Kursgebühr	80,00 €
Beginn	04.03.2026
Ende	04.03.2026
Kurszeiten	Mi. 04.03., 18:00 - 21:00 Uhr
Kursort	Internet, www.acadia-ecampus.de
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Osteopathen
Fortbildungspunkte	4