Grundlagen der Medizinischen Trainingstherapie

Aus Gründen besserer Lesbarkeit wird auf Gendern verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter

Kursbeschreibung

Die Medizinische Trainingstherapie ist ein wissenschaftlich nachgewiesener Ansatz, der die Aktivität des Patienten in den Vordergrund stellt und die Leistungsfähigkeit im Alltag und Sport steigert.
Eine exakte Befunderhebung und der darauf aufbauende Behandlungsplan soll Dich in die Lage versetzen, ein zielgerichtetes Training für Deine Patienten zu entwerfen.
Die entsprechenden Inhalte wie Untersuchungstechniken, das Erkennen klinischer Symptomatiken, die methodische Trainingsplanung sowie das Umsetzen in Automobilisation und Autostabilisation stellen dabei eine zwingende Voraussetzung für Dich dar. Leider werden die Inhalte vieler Weiterbildungen auf das simple "Zeigen und Nachahmen" von Übungen beschränkt. Die ursprüngliche Idee der MTT bleibt dabei auf der Strecke.

Kursinhalte

- Training der motorischen Grundeigenschaften
- Stufenmodell Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit
- Individuelle anforderungsspezifische Trainingsplanung
- Praktische Eigenrealisation an Klein- und Großgeräten (Hanteln, Therabänder, Seilzüge, Krafttrainingsgeräte und andere sensomotorische Trainingsgeräte)
- Anpassung von Bindegewebe auf Trainingsreize
- Wundheilungsphysiologie (3 Phasen)
- Therapeutische Strategien in den einzelnen Wundheilungsphasen

Du wirst in die Lage versetzt, eine individuelle Trainingsplanung unter besonderer Berücksichtigung der geschwächten und traumatisierten Bindegewebsstrukturen zu planen und durchzuführen.