

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

Kursbeschreibung

Die Medizinische Trainingstherapie ist ein wissenschaftlich fundierter Ansatz, der die aktive Mitarbeit der Patienten in den Vordergrund stellt und darauf abzielt, die Leistungsfähigkeit im Alltag und im Sport zu steigern.

Eine präzise Befunderhebung und ein darauf aufbauender individueller Behandlungsplan bilden die Grundlage für die Entwicklung eines zielgerichteten Trainings. Dazu gehören fundierte Kenntnisse in Untersuchungstechniken, das Erkennen klinischer Symptomatiken, eine methodische Trainingsplanung sowie die praktische Umsetzung in Form von Automobilisation und Autostabilisation. Diese Inhalte stellen wesentliche Voraussetzungen für eine qualifizierte Anwendung der Medizinischen Trainingstherapie dar.

Diese Weiterbildung legt den Schwerpunkt auf die therapeutischen Prinzipien der MTT sowie deren individuelle, fundierte Umsetzung und geht weit über das reine „Zeigen und Nachahmen“ von Übungen hinaus.

Kursinhalte

- Training der motorischen Grundeigenschaften
- Stufenmodell Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit
- Individuelle anforderungsspezifische Trainingsplanung
- Praktische Eigenrealisation an Klein- und Großgeräten (Hanteln, Therabänder und sensomotorische Trainingsgeräte)
- Wundheilungsphysiologie und therapeutische Strategien in den einzelnen Phasen

Kursziele

Du wirst in die Lage versetzt, eine individuelle Trainingsplanung unter besonderer Berücksichtigung geschwächter und traumatisierter Bindegewebsstrukturen zu erstellen und durchzuführen.

