Kettlebell in Therapie & Training

Nur weniges ist in der Physiotherapie so evidenzbasiert, wie Bewegung. Bei den meisten muskuloskelettalen Problemen und darüber hinaus ist sie DAS Mittel der Wahl, um nachhaltige Verbesserungen zu ermöglichen.
Der Therapeut sollte also mehr und mehr zum Bewegungscoach werden. Er kennt sich mit Trainingsprinzipien und deren Vermittlung bestens aus.
Das PF- Kettlebell-Training bietet diesbzgl. einen hervorragenden Ansatzpunkt, um mit Patienten auch in kurzen Therapieeinheiten effektiv zu trainieren.

Inhalte:

- Basics des Kettlebell-Trainings
- spannungsbetonte Kraftübungen (Grind)
- ballistische Übungen
- leichte Juggling-Techniken
- die notwendigen Parameter
- Basics der Trainingslehre, Ernährung- und Trainingsgestaltung
- Integration in die Therapie

Das Modul ist durch seine Gestaltung auch für gesunde Personen einsetzbar. Gerade der präventive Charakter von Bewegung ist einer der Schlüsselfaktoren in unserem Gesundheitssystem.
Lassen sie sich diesen Bereich nicht von anderen Mitspielern im Gesundheitssystem rauben - er gehört zur Kernkompetenz einer modernen Physio-/ Sporttherapie.

Moduldauer:

1 Tag, 10:00- 18:00 Uhr
inklusive 1h Pause

Zielgruppe:

Physio-, Ergo-, Trainingstherapeuten (auch in Ausbildung) sowie Sportwissenschaftler

Unterrichtseinheiten:

10 UE

Kosten:

159,- € incl. Kettlebell (≤16 KG), Kursskript, Zertifikat, Zugang zur geschlossenen TN-Gruppe über Social-Media.

Kursleitung:

Felix Neuhaus
Team Profunctional

Martin Panten
Team Profunctional

Termine:

Regensburg:
10.10.20

Info und Anmeldung unter:
0941 / 4602707

Der jeweils angegebene Kurspreis gilt für die eigenen Standorte Regensburg, Rosenheim, Würzburg, Bayreuth, Thyrnau, Northeim & Mallorca und kann an externen Standorten variieren.