

Kursbeschreibung

Die Beckengelenke im Zentrum des menschlichen Körpers übernehmen sowohl im Rahmen der Statik (als Puffer) als auch in der Dynamik (geführt von myofaszialen Ketten) eine Reihe komplizierter Koordinationsaufgaben. Darüber hinaus bieten sie im kleinen Becken den inneren Organen Schutz und eine stabile Basis. Es ist daher nicht verwunderlich, dass das Sacroiliacalgelenk häufig für Rückenschmerzen verantwortlich ist und bei ca. 15 % der Betroffenen ursächlich für die entsprechenden Beschwerden verantwortlich gemacht werden kann.

Auch im Leistungs- und Breitensport berichten zunehmend mehr Patienten von Symptomen im Beckenbereich. Nicht weniger als 20% der symptomatischen Athleten in Ballsportarten sind durch die sogenannte Sportlerleiste oder die Pubalgie gezwungen, ihre Leistung zu reduzieren.

Kursinhalte

Neben der Befundaufnahme (Anamnese und ausgewählte manuelle Testverfahren) werden in diesem Kurs beschreibende und funktionell anatomische Aspekte behandelt und die daraus entstehenden trainingstherapeutischen Konsequenzen (Automobilisation-Autostabilisation) erarbeitet. Die Autostabilisation findet mit verschiedenen Hilfsmitteln statt (überwiegend freie Gewichte, Seilzug, etc.).

Des Weiteren werden Zusammenhänge zu viszeralen Pathologien aufgezeigt und daraus resultierende Behandlungsstrategien erarbeitet (viszerale Automobilisation).

Folgende Pathologien stehen im Mittelpunkt:

- Beckenringinstabilität (SIG und Symphyse)
- Hypomobilität der Beckengelenke
- Sportlerleiste/Athletic pubalgia

Kursziele

Du sollst nach dem Kurs folgende Fähigkeiten besitzen:

- Differenzialdiagnostik bei verschiedenen Pathologien des Beckenrings
- Erkennen von klinischen Mustern
- Methodischer Aufbau der Trainingsmethoden anhand der Wundheilungsphasen
- Evidenzbasierte Test- und Behandlungsmethoden indikationsspezifisch