

# Sportphysiotherapie: Kursvorausschau



**Teil III der vierteiligen Weiterbildung in Sportphysiotherapie** vermittelt die Grundlagen des Athletiktrainings inklusive Methodik und Didaktik. Die Unterschiede zwischen der Betreuung im Individual- und im Mannschaftssport werden erläutert. Außerdem vermittelt der Kurs die Anwendung der Functional Movement Scale (FMS) zur Überprüfung der Trainingszustandes sowie Kraft-, Koordinations- und Leistungstests. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Funktionelle Training inklusive Warm-Up und Cool-Down, sowohl unter Gelenk-spezifischen Aspekten, als auch mit Einsatz von Kleingeräten, sowie des Regenerationstraining. Nach Abschluss des Kurses sind die Teilnehmenden in der Lage, als Athletiktrainer/in tätig zu sein.

Der Kurs kann auch einzeln, unabhängig von den übrigen Teilen der Weiterbildung Sportphysiotherapie, belegt werden.

## Inhalte:

- Athletiktraining: Grundlagen, methodisch-didaktische Aspekte, Betreuungsunterschiede im Individual- und Mannschaftssport
- Assessments zur Überprüfung des Trainingszustandes
- Functional Movement Screen (FMS)
- Krafttests, Koordinationstests
- Leistungstests (Conconi-Test, Lactat-Test)
- Funktionelles Training: Warm-Up, Cool-Down, Gelenk-spezifisches Training, Einsatz von Kleingeräten
- Aktives Regenerationstraining
- Geräteeinsatz im Regenerationstraining
- Sportmassage: Wiederholung und Vertiefung

## Bei Abschluss dieses Blockes ist der Teilnehmer in der Lage:

- Funktionelles Athletiktraining mit und ohne Kleingeräte für Individual- und Mannschaftssportler/innen zu planen und anzuleiten
- Geeignete Gelenk-spezifische Trainingsübungen auszuwählen und anzuleiten
- Aktives Regenerationstraining mit und ohne Geräte durchzuführen
- Den Trainingszustand bezüglich Kraft, Koordination und Leistungsfähigkeit mittels geeigneter Tests zu überprüfen und dabei den Hintergrund der Tests zu erklären

# Sportphysiotherapie: Kursvorausschau



## Kurse:

|        |                     |               |
|--------|---------------------|---------------|
| 612/21 | 23.07. - 25.07.2021 | Freiburg      |
| 613/21 | 01.10. - 03.10.2021 | Gelsenkirchen |
| *      | 16.04. - 18.04.2021 | Hannover      |
| *      | 10.09. - 12.09.2021 | Hannover      |

\* Anmeldungen über MFZ Hannover

## Kursumfang:

3 Tage,  
30 Unterrichtseinheiten

## Kursgebühr:

400 €

## Voraussetzung:

Physiotherapeut/in, Masseur/in  
Arzt/Ärztin, Sportlehrer/in  
(auch unabhängig buchbar)

## Sie möchten sich gleich anmelden?

Dann füllen Sie die Angaben hier aus und geben diesen Bogen als verbindliche Kursanmeldung bei den Referent/innen Ihres Kurses ab.

Name: \_\_\_\_\_ Kursnummer: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

PLZ & Ort: \_\_\_\_\_

☐ Die Rechnung bitte an meinen Arbeitgeber mit folgender Anschrift:



## Anmeldungen bitte schriftlich an die Physio-Akademie:

- per Post: Physio-Akademie gGmbH, Wremer Specken 4, 27639 Wurster Nordseeküste
- per Fax: 04705 / 9518-10
- per E-Mail: [info@physio-akademie.de](mailto:info@physio-akademie.de)
- online: [www.physio-akademie.de/kursdatenbank](http://www.physio-akademie.de/kursdatenbank)