

03. Dezember 2022

Heimübungen bei Nacken-/Schulter Beschwerden

Beschwerden im Nacken Schulter Bereich sind in unserer Gesellschaft sehr oft verbreitet. Die Ursache hat oft viele Gesichter. Die Kombination von passiver Therapie mit aktiven Übungen kann ihren PatientInnen Hilfe leisten und fördert die Eigenverantwortung, sich auch zu Hause mit seinen Beschwerden und deren Ursachen auseinander zu setzen.



Kursinhalt

- Die häufigsten Beschwerdebilder im Nacken- und Schulter Bereich
- Kurzer Input zur Diagnostik
- Evaluation von möglichen Ursachen
- Anatomie der betroffenen Gelenke, der Muskulatur und der beteiligten Nerven
- Zehn einfache Heimübungen

Kursziel

- Erarbeiten der Anatomie Nacken-/Schulter Region
- Kenntnis der klassischen Beschwerdebilder
- Zehn Heimübungen selber durchführen und instruieren können mit den Zielsetzungen für Mobilisation, Wahrnehmung und Kräftigung

Dozenten

Jennifer Tschopp-Gull, dipl. Physiotherapeutin FH, Sportphysiotherapeutin
 Christoph Tschopp, dipl. Physiotherapeut Bsc, Sportphysiotherapeut

Kursinfo

Theorie & Praxis
 7 Kursstunden | max. 20 Teilnehmer

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

- 📅 Samstag, 03. Dezember 2022
- 🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
- 👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00
- 👤 Nichtmitglieder CHF 255.00
- 👕 Bequeme Kleidung
- ! Mitbringen: Schreibmaterial
- 📅 Anmeldung: 4 Wochen vor Kursbeginn