

21. Juni 2026

Evidenz- und praxisbezogene Sehnenrehabilitation

Ausgewählte Tendinopathien und deren unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten sowie evidenzbasierten Ansätze stehen im Fokus des Kurses. Die inhaltlichen Zusammenhänge orientieren sich an den aktuellen Entwicklungen und wissenschaftlichen Erkenntnissen internationaler Researchgruppen. Sie erhalten ein unverzichtbares Tool in puncto Verletzungsprävention, Rehabilitation und Training!



Kursinhalt

Wir stellen ausgesuchte Beispiele aus den Bereichen Schulter, Oberarm, Ellbogen, Hüfte, Adduktoren, Oberschenkel, Knie, Achillessehne vor. Hierzu werden die anatomischen Bereiche beschrieben, Tests aufgezeigt sowie Problematiken und Therapieoptionen vorgestellt. Wir betrachten die drei «leitenden» Bewegungssysteme im menschlichen Körper. Wissen und Kompetenz für Rehabilitationsstrategien bei einer Tendinopathie und deren Behandlungsmöglichkeiten stehen im Fokus des Kurses.

Kursziel

Die Teilnehmenden

- erarbeiten Programme und führen evidenzbasierte Herangehensweisen bei Sehnenproblematiken durch
- erfahren mehr über die integrale Rolle des zentralen Nervensystems (ZNS) in der Schmerzerfahrung

Dozent

Thomas Metzger

Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 20 Teilnehmende

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Sonntag, 21. Juni 2026

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👤 Nichtmitglieder CHF 280.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial, Sportkleidung, Badetuch, elastisches Widerstandsband