

Hüftschule

(10 UStd. / 10 FP)

Termine
Seminar-Nr.:
1806-020E

Sa. 16.06.18
09.00-18.00

Kosten:
€ 135,-

Teilnehmerzahl:
24

Zielgruppe:

Ärzte,
PT/ KG,
Masseure,
Heilpraktiker,
Ergotherapeuten,
Übungsleiter in
Sportvereinen,
Ernährungsberater

Leitung:

Christian Röhrs,
Sportphysiotherapeut
DOSB, Gründer Impuls-R

Funktionell betrachtet wird jedem Gelenk im menschlichen Körper eine Hauptfunktion aus Mobilität oder Stabilität zugeordnet. Das in der Mitte des Körpers liegenden Hüftgelenk nimmt dabei einen Sonderstatus ein. Es muss sowohl eine hohe Mobilität als auch eine hohe Stabilität miteinander verbinden. Ist – wie bei vielen Menschen – das eine oder andere (oder häufig auch beides) gestört, so kommt es zu einer Vielzahl von Folgebeschwerden in benachbarten Gelenken. Rückenschmerzen, Kniebeschwerden oder ISG – Läsionen sind die Folge. Aber auch weiter entfernt gelegene Areale des Körpers werden als Folge einer funktionellen Störung im Hüftgelenk in Mitleidenschaft gezogen.

Im Workshop werden mit körpereigenem Gewicht, klassischen und innovativen Kleingeräten Anleitungen zum hüftbewussten Verhalten und Übungen erarbeitet, mit denen der Mensch und Patient präventiv, therapeutisch und im Training gezielt und funktionell seine Hüfte pflegt und damit langfristige Probleme vermeidet.