

Tag 1

Dauer	Art	Thema
30 min	Theorie	Kennenlernen, Abfrage von Vorkenntnissen und Erwartungen, Vorstellung der Agenda
90 min	Theorie	Grundlagen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herkunft &amp; Geschichte</li> <li>• Materialkunde</li> <li>• Handling</li> <li>• Einsatzbereiche</li> <li>• Wirkung</li> </ul>
45 min	Pause	-
15 min	Theorie	Anatomie <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminologie</li> <li>• Knochen des Menschen</li> <li>• Muskeln des Menschen</li> </ul>
120 min	Praxis	Grundtechniken I <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muskeltechnik</li> <li>• Ligamenttechnik</li> </ul>
15 min	Pause	-
90 min	Praxis	Grundtechniken II <ul style="list-style-type: none"> <li>• En Bloc Technik</li> <li>• Faszientechnik</li> <li>• Korrekturtechnik</li> <li>• Lymphtechnik</li> <li>• Neuraltechnik</li> </ul>
15 min	Theorie	Tagesabschluss <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klärung offener Fragen</li> </ul>

Tag 2

Dauer	Art	Thema
30 min	Theorie	Begrüßung, kurze Wiederholung vom Vortag, Vorstellung der Agenda
90 min	Praxis	Kombinationstechniken I <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhizarthrose</li> <li>• Epicondylitis lateralis</li> <li>• Bicepssehnenreizung</li> <li>• Impingement</li> <li>• Nackenschmerzen</li> <li>• Lumbago</li> </ul>
45 min	Pause	-
90 min	Praxis	Kombinationstechniken II <ul style="list-style-type: none"> <li>• Shin Splint</li> <li>• Achillodynie</li> <li>• Muskelfaserriss (Wade)</li> <li>• Senkspitzplattfuß</li> <li>• Fersensporn</li> <li>• Hallux valgus</li> </ul>
15 min	Pause	-
45 min	Praxis	Anlagen bei spezifischen Pathologien <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retropatellarer Knieschmerz / Gonarthrose</li> <li>• Karpaltunnelsyndrom</li> <li>• Schleudertrauma</li> <li>• Bursitis trochanterica</li> <li>• Narben</li> </ul>
15 min	Theorie	Anamnese und Befundung
75 min	Praxis	Herleitung individueller Anlagen
15 min	Theorie	Tagesabschluss <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückblick auf die Eingangserwartungen</li> <li>• Online-Feedback</li> <li>• Zertifikatsverleihung</li> <li>• Gemeinsamer Abschluss</li> </ul>