

Aktuelles aus der PT-Welt

Infos und Wissenswertes

Termine

„Sport, Bewegung und chronische Erkrankungen – Evidenz vs. Versorgungspraxis“

Am 6. Oktober 2011 in Frankfurt am Main findet ein interessantes Symposium zum Thema „Sport, Bewegung und chronische Erkrankungen – Evidenz vs. Versorgungspraxis“ statt. Organisiert wird das Symposium von der AG Bewegungstherapie der Deutschen Gesellschaft für Rehabilitationswissenschaften (DGRW) und der dvs-Kommission „Gesundheit“ im Rahmen des 42. Kongresses für Sportmedizin.



„Ist (genug) Bewegung im Gesundheitssystem?“ ist eine Kernfrage des Symposiums, denn körperliche Aktivität und Sport stehen in

direktem Zusammenhang zu den heute weit verbreiteten chronischen Erkrankungen. Die Zunahme dieser von Lebensweise und demografischem Wandel abhängigen Erkrankungen stellen Gesundheitssystem und Wissenschaft vor neue Herausforderungen. Dabei geht es einerseits darum, die vielfach nachgewiesene stark positive Wirkung körperlicher Aktivität für die Gesundheitsversorgung zielgerichtet nutzbar zu machen. Andererseits bedürfen die vielschichtigen Facetten

der Bewegung bei verschiedenen Gesundheitsproblemen tiefer gehender Erforschung.



Gemeinsam mit den wichtigsten Akteuren aus Politik und Wissenschaft bietet das Symposium einen interdisziplinären Austausch für eine verbesserte Bewegungsversorgung der Bevölkerung in Prävention, Kuration und Rehabilitation.

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte anhängendem Flyer oder finden Sie unter <http://www.sport.uni-erlangen.de/wissenstransfer/kongresse.shtml>

Information

Training mit dem FLEXI-BAR® – beim Golfen und in der PT-Praxis

Es müssen nicht immer technische Mängel sein, die eine Verbesserung des Handicaps unmöglich machen. Es sind zum größten Teil auch Defizite des allgemeinen Fitnesszustandes des Golfers und seiner Golfmuskeln. Das Wissen von Golftraining und Prävention vereint: Endlich wurde der schon seit vielen Jahren beliebte FLEXI-BAR® dem Golfsport trainingswissenschaftlich und sportphysiotherapeutisch ganz individuell angepasst.

Für ein besseres und gesünderes Handicap und zur Eröffnung der Golfsaison gilt es daher auch, die Möglichkeit die Tiefenmuskulatur auf möglichst einfache Art und Weise zu kräftigen. Mit gezielten Übungen des Trainingsprogramms von M.Sc. Phys. (Univ.) Markus D. Gunsch können Technik und Leistung verbessert werden, indem die körperliche Flexibilität, Kraftausdauer, Koordination, das Gleichgewicht, das Bewegungs- und Schwunggefühl geschult wird. Damit können muskuläre Dysbalancen ausgeglichen und Rückenschmerzen und Nackenschmerzen vermieden werden. Häufige Probleme des Haltungs- und Bewegungsapparates können sich lösen.



Empfohlen wird das Golfpower FLEXI-BAR®-Training auch für Physiotherapiepraxen und Personaltrainer in Prävention als auch Rehabilitation – und nicht nur für Golfer.

Eine DVD zum Thema 3D Golfpower FLEXI-Bar wurde extra konzipiert. Abonnenten erhalten die DVD in Deutsch oder Englisch unter www.flexi-sports.com/shop.php aktuell mit einem Sonderrabatt von 22 % mit dem Shopcode 2112. Statt 19,95 € nur 15,00 € je DVD, den FLEXI-BAR® geprüft und empfohlen vom Bundesverband der deutschen Rückenschulen (BdR) e.V. und dem Forum Gesunder Rücken – besser leben e.V. sowie Aktion Gesunder Rücken von 89,90 € für 70,21 €.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.wirbelsaeulenzentrum-muenchen.de, www.flexi-sports.com und über Aktion Gesunder Rücken (www.agr-ev.de)