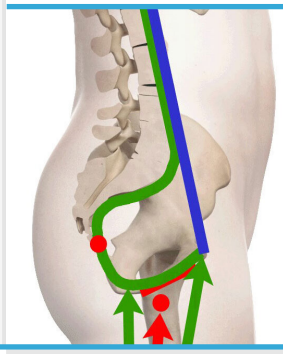
Beckenboden- und Bindegewebsschwäche – Training in Bezug zur tiefen Muskelfaszie

Döpfer Akademie
Fort- und Weiterbildung

Alles auf einen Blick:

Fortbildungspunkte	18
Kosten	295,00 €
Zielgruppe	Hebammen, Physiotherapeuten, Interessierte
	Teilnahmebescheinigung



Eine neue Art des Beckenbodentrainings inklusive Senk- und Spreizfußbandagen!

Ob für Einzelbehandlung oder Gruppentraining:
Profitieren Sie durch dieses Seminar von einer neuen Herangehensweise an die Therapie des Beckenbodens und erfahren selbst die Wirkungsweise anhand des hohen Praxisanteils.

Differenziertes Training durch Einbeziehung des Myo-Fasziensystems
Der Beckenboden ist Bestandteil der tief im Körper verlaufenden Muskel-Faszien-Verbindung, die so genannte "Tiefe Frontal Linie" (TFL). Ein isoliertes Training der Beckenboden Muskulatur kann zwar hilfreich sein, im Zusammenhang mit der gesamten Faszienstruktur betrachtet, zu der der Beckenboden gehört, ergeben sich jedoch weitere Zusammenhänge und dementsprechend auch noch differenziertere Trainingsmöglichkeiten.

Senk- und Spreizfußbandagen und ihre Wirkung auf die Körperaufrichtung.
Senk- und Spreizfüße sind ein weit verbreitetes und zunehmendes Problem bei Groß und Klein. Mit dem Wissen aus diesem Seminar erweitern Sie Ihre Therapiemöglichkeiten am Patienten. Als Zweibeiner benötigen wir eine Dynamik, die uns bei jedem Schritt die Aufrichtung erneuert und die Fortbewegung ermöglicht. Diese Dynamik ermöglichen uns das Fußgewölbe, die Fußmuskulatur und die Fuß-Muskelfaszien. Die Fußmuskulatur - insbesondere die Fußsohle - besteht aus der Muskel-Sehnenplatte (Plantarfaszie)und ermöglicht die Körperaufrichtung. Spreizfußbandagen oder Kreuzbandagen aktivieren das zu schwache Fußgewölbe. Die Funktion der Fußsohlenfaszie wird gestärkt und trainiert. Dies hat positive Auswirkungen auf den gesamten Körper und die Statik, da die körperaufrichtende Energie von den Füßen ausgeht.

Inhalte

- Anatomische Zusammenhänge der tiefen Myo-(Muskel)Faszie und des Beckenbodens
- Übungen für den gesamten Faszienverlauf: Beginnend an den Füßen, der Sitzposition,der Atem- und Stimmfunktion, Zungen- und Kieferaktivität
- Auswirkungen von Bein- bzw. Fußfehlstellungen auf das Becken und somit den Beckenboden
- Anwendung von Fußbandagen zur Verbesserung der Fuß- bzw. Beinstatik
- Problematiken und Lösungen für Männer nach Prostataoperationen
- Spezielle Übungen bei Rectumdiastasen
- Übungen für Menschen mit Bindegewebsschwäche
- Analyse von verschiedenen Fußfehlfunktionen
- Wann kann eine Spreizfußbandage und wann eine Senkfußbandage helfen
- Praktische Erfahrung im Bandagieren
- Fallbeispiele und Erfolge der Bandagen

Standort

Hamburg

Termin(e)

Kursbeginn: May 2026
09.05.2026–10.05.2026
Stundenanzahl: 18 UE

Kurszeiten

Samstag	09:30–17:30 Uhr
Sonntag	09:30–16:30 Uhr

Weitere Informationen

Dozent
Petra Kunz-Blunert
Entwicklerin der Bodilance Methode
www.bodilance.de

Veranstaltungsort
Döpfer Akademie, Fort- und Weiterbildung
Friedrich-Ebert-Damm 143
22047 Hamburg

Ihre Ansprechpartner

Inga David
Tel: 040 696558-21
Fax: 040 696558-11
E-Mail: i.david@doepfer-akademie.de

Jeannette Choshaba
Tel: 040 696558-21
Fax: 040 696558-11
E-Mail: j.choshaba@doepfer-akademie.de

Dieses Seminar ist so gestaltet, dass Sie das Wissen sofort in der Einzelbehandlung oder in Gruppentraining anwenden können.

Hinweise

Diese Fortbildung eignet sich für Hebammen, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Logopäden und Mediziner.