



# KINESIOLOGY TAPING

**BASISKURS** oder **AUFBAUKURS** ( 2 Tage) 9 – 17 Uhr + 9 – 15 Uhr

Spezialisierungskurs

**SPORT** oder **NEURO** / **LYMPH** oder **MYOFASZIALES TAPING**  
(1 Tag) 9 – 17 Uhr

*individuelle Zeiten bei In-House-Seminaren möglich*

Kursgebühr für **Basiskurs** CHF 369.- (Schüler CHF 289.-)

Kursgebühr für **Aufbaukurs** CHF 369.- (Schüler CHF 289.-)

Kursgebühr für **Spezialisierungskurs Sport** CHF 229.- (Schüler CHF 179.-)

Kursgebühr für **Spezialisierungskurs Neuro / Lymph** CHF 229.- (Schüler CHF 179.-)

**Basis** oder **Aufbau** + **Spezialisierungskurs** = CHF 549.- (Schüler CHF 409.-)

**Basis** + **Aufbau** + **Spezialisierungskurs** = CHF 799.- (Schüler CHF 629.-)

**In-House-Seminare (ab 6 Teilnehmern):**

10% Rabatt bei 6-8 Teilnehmern

15 % Rabatt bei 9-10 Teilnehmern

20% Rabatt bei 11-14 Teilnehmern

30% Rabatt ab 15 Teilnehmern

*Die Kursgebühren beinhalten das Tapematerial, Skripten sowie Pausenverpflegung und Zertifikate mit Fortbildungspunkten*

*Kursteilnehmer erhalten bei uns vergünstigte Preise auf Kinesiology Tape sowie regelmäßige Newsletter mit neuesten Anlagetechniken, Studien und Wissenswerten aus der Welt des Kinesiologischen Tapings.*

*Die Physio Training Academy bildet regelmäßig die Physiotherapeuten des englischen Sportinstituts, der englischen Hockey, Kanu- und Rugbynationalmannschaft sowie Erstligavereine in Fußball, Hockey und Rugby in Deutschland, England, Schottland, Wales, Südafrika, Schweiz & Österreich aus.*

Die PHYSIO TRAINING ACADEMY betreut und unterstützt Studien sowie Bachelor & Masterarbeiten im Bereich KINESIOLOGY TAPING

# BASISKURS KINESIOLOGY TAPING

## Kursinhalte

Im Folgenden sind die Kursinhalte mit Techniken und Krankheitsbildern des BASISKURS aufgelistet:

- Präventive, posttraumatische und postoperative Behandlungsmöglichkeiten und Anlagetechniken
- Leistungssteigerung der Muskulatur und Verbesserung der Propriozeption
- Erkennen und Behandeln von Beschwerden, komplexen Verletzungen, Dysfunktionsketten & Weak Links
- Taping von myofaszialen Ketten
- Wissenschaftliche Betrachtung der Wirkungsmechanismen des Kinesiologischen Tapings
- Betrachtung der Tapingmethode im Kontext verschiedener Sportarten wie Fußball, Handball, Laufen, Rad, Tennis, Klettern, Schwimmen, Rudern etc.
- Strategien zur Integration von Kinesiologischem Taping in die Physiotherapie- / Osteopathiepraxis
- Betrachtung von aktuellen wissenschaftlichen Studien und Fallbeispielen
- Cross Patch Technik und Behandlungsmöglichkeiten in Verbindung mit Kinesiologischem Tape
- Sinn und Unsinn sowie Grenzen des Kinesiologischen Taping

## Theoretischer Teil

- Geschichte des Kinesiologischen Tapings
- Einführung und Neuigkeiten des Kinesiologischen Tapings
- Vorstellung von wissenschaftliche Studien und Projekten im Kinesiologischen Taping
- Wirkungsmechanismen, Vorteile und Grenzen des Kinesiologischen Tapings
- Anwendungsbereiche
- Materialkunde
- Fundamentale Unterschied und Vergleich zum konventionellen Taping
- Generelle Indikationen
- Kontraindikationen
- Prinzipien des Anlegens und Entfernens
- Taping-Techniken
- Muskeltechniken
- Faszientechniken
- Ligamenttechniken
- Lymphtechniken
- Cross-Taping
- Funktionelle Korrekturen
- Mechanische Korrekturen
- Motor Patterning
- Schmerzmanagement: Schmerzlinderung / Schmerzbefreiung
- Triggerpunkt-Technik
- CROSS-PATCH-Technik

## Praktischer Teil

### Rücken / Bauch

- Low back pain (LWS-Syndrom):
  - M. longissimus lumbalis
  - M. quadratus lumborum
  - M. rectus femoris
  - M. obliquus internus & externus
- ISG-Blockade
- M. latissimus dorsi
- Impingement / Supraspinatussehnenreizung
- HWS-Syndrom
- M. longissimus cervicalis
- M. trapezius (alle 3 Anteile)
- M. pectoralis major & minor
- Mm. rhomboideus major & minor

### Obere Extremität

- Schulter / Rotatorenmanschette
  - M. deltoideus
  - M. supraspinatus
  - M. infraspinatus
  - M. teres minor
  - Mechanische & funktionelle Korrektur & Faszilitation der Außen-, bzw. Innenrotation
- Ventrale Instabilität der Schulter
- M. biceps brachii
- Tendinitis: M. biceps brachii
- Epicondylopathia laterale
- Rizarthrose

### Untere Extremität

- M. gluteus maximus
- M. piriformis
- Tractus Iliotibialis
- M. tensor fasciae latae
- M. iliopsoas / psoas major
- M. biceps femoris / Ischiocrurale Muskulatur
- Hüftarthrose
- M. quadrizeps femoris
- Kniearthrose
- Patella-Subluxation
- Medialisierung der Patella
- M. gastrocnemius
- M. soleus
- Achillessehne / Achillessehnenreizung
- Inversionstrauma
- Hallux Valgus

# **SPORT/ SPORTTRAUMA KINESIOLOGY TAPING**

## **Kursinhalte**

Im Folgenden sind die Kursinhalte mit Techniken und Krankheitsbildern des SPORT / SPORTTRAUMATOLOGIE Kurses aufgelistet:

### **Theoretischer Teil**

Der SPORT / SPORTTRAUMATOLOGIE KURS setzt die Kenntnisse und Fertigkeiten des Basiskurses voraus und ergänzt die Techniken durch Behandlung komplexer Beschwerden und Sportverletzungen.

Strategien die sich zwischen besserer Dehnbarkeit und einem entsprechend erweiterten Aktionsradius zum einen und aber auch signifikant erhöhte Maximalkraft zum anderen bewegen, werden vermittelt und diskutiert. Fallbeispiele und aktuelle wissenschaftliche Studien über Flexibles Taping - unter anderem von der Eliteuniversität Konstanz - werden im Kurs vorgestellt und die Konsequenz für die Praxis wird ebenfalls im Kurs vermittelt.

Dieser Kurs richtet sich an Therapeuten die mit Sportlern und Sportverletzungen zu tun haben. Verschiedene Anlagetechniken dienen dazu Verletzungen optimal durch Kinesiologisches Taping zu therapieren, aber auch die Leistung der Athleten kann signifikant verbessert werden. Anhand von vielen Praxisbeispiele verschiedenster Sportarten von Rudern, Fußball, Tennis, Volleyball, Handball bis zu Speerwurf, Weitsprung, Sprint, Hürdenlauf, Rad u.v.m wird gezeigt wie die Leistung der Sportler zum einen durch verbesserte Propriozeption, besserer Dehnbarkeit und auch höhere Kraft einzelner Muskeln und Muskelketten.

### **Praktischer Teil**

#### **Lymphtechnik**

- Kontusionen & Muskelfaserrisse

#### **Rücken / Bauch**

- ISG: Ligamenttechnik
- Rippenfraktur/Rippenprellung
- Diaphragma: Atmungsverbesserung

## Obere Extremität

- Rotatorenmanschette
- Schulterinstabilität
- Verbesserung des sportspezifischen Bewegungsmuster (motor patterning): Schulter
- Bursitis olecranon
- Epicondylopathia lateralis (Tennisellbogen)
- Epicondylopathia medialis (Golferellbogen)
- Ruptur des ulnaren Seitenbandes: Daumen
- Collateralbandverletzungen der Finger
- M. brachioradialis
- M. Coracobrachialis
- Muskelschlinge: Hand – Schulter (Anatomy Trains)

## Untere Extremität

- Plantarfasziitis
- Fersensporn
- Inversionstrauma / Syndesmoseband (Erweiterte Technik)
- Distorsion Sprunggelenk
- Muskelfaserriss Wade
- Muskelfaserriss Oberschenkel
- Kontusion Oberschenkel
- Shin Splint (Tibiakantensyndrom)
- Patellaspitzensyndrom (Jumpers Knee)
- Osgood Schlatter
- Vorderes Kreuzband
- Ergänzung vorderes Kreuzband: M. Popliteus
- Iliotibiales Scheuersyndrom (Runners Knee)
- Muskelschlingen
- Mm. adductor longus & brevis
- Adduktorenzerrung
- Patellatracking
- Spiraldynamik: Knie
- Spiraldynamik: Genuum varum / Genuum valgum

# AUFBAUKURS KINESIOLOGY TAPING

## Tag 1:

- Beginn 09:00
- Ende ca. 17:00

## Tag 2:

- Beginn 09:00
- Ende ca. 13:30

## Kursinhalte

Im Folgenden sind die Kursinhalte mit Techniken und Krankheitsbildern des AUFBAUKURSES aufgelistet:

## Theoretischer Teil

Der Aufbaukurs setzt die Kenntnisse und Fertigkeiten des Basiskurses voraus und ergänzt die Techniken durch Behandlung komplexer Beschwerden und Krankheitsbildern.

Methoden und Wissen traumatologischer, orthopädischer, neurologischer und lymphologischer Behandlungskonzepte werden vertieft.

## Praktischer Teil

### Lymphtechnik

- Arme / Beine

### Narbentechnik

### Nerventechnik

- N. ischiadicus
- N. medianus
- N. ulnaris
- N. radialis

## *Untere Extremität*

- Plantarfasziitis
- Fersensporn
- Muskelfaserriss: Wade
- Muskelfaserriss: M. quadrizeps femoris
- M. tibialis anterior
- M. tibialis posterior
- Spiraldynamik Knie
- Genum varum / Genum valgum
- Mm. adductor longus et brevis
- M. semitendinosus
- M. semimembranosus

## *Rücken/Bauch*

- ISG – Blockade: Lymphtechnik
- Intercostalneuralgie
- Diaphragma / Atemwegserkrankungen
- Thoracic Outlet Syndrom
- Mm. scalenii anterior, mediale & posterior
- M. levator scapulae
- M. sternocleidomastoideus
- Schleudertrauma
- Haltungsschwäche
- Skoliose
- Stabilisation von Wirbelsegmenten

## *Obere Extremität*

- Frozen shoulder
- M. triceps brachii
- Bursitis olecranon
- Epicondylopathia med.
- M. supinator
- M. pronator teres
- M. brachioradialis
- De Quervain
- Karpaltunnelsyndrom
- Handgelenk
- Trigeminusneuralgie
- Zustand nach Kiefer und Zahnbehandlung
- Menstruationsbeschwerden
- Chronischer Schluckauf
- Migräne
- Tinnitus
- Kiefergelenk

# NEUROLOGIE + LYMPHOLOGIEKURS KINESIOLOGY TAPING

## Kursinhalte

### Theorie

Der Kurs wendet sich an Therapeuten die im neurologischen Behandlungsbereich tätig sind. Therapeuten lernen in diesem Spezialkurs die Strategien für Rehabilitation, Bewegungskontrolle und -koordination sowie Muskelaktivierung, Muskelentspannung, Vermeidung von Kompensationsmechanismen, Reintegration ins Alltagsleben, Schmerzmanagement, Propriozeption und Gelenkstabilität mit der Kinesiology Taping Methode zu therapieren.

### Praxis

## LYMPHTECHNIKEN

### NERVTECHNIKEN

Periphere Nervenläsionen

- Arme
- N. medianus
- N. ulnaris
- N. ischiadicus
- ...

### Muskeltechniken

Tonusregulation / Behandlung von Spastiken

- M. triceps brachii
- M. deltoideus
- Rückenmuskeln
- M. rectus abdominis
- M. obliquus externus abdominis
- M. obliquus internus abdominis
- M. gluteus
- M. pectoralis major
- M. pectoralis minor
- M. tibialis anterior
- M. gastrocnemius
- ...

### Gelenktechniken

- Sprunggelenk
- Knieinstabilität
- Hüftinstabilität
- Schulterluxation, -subluxation / Instabilität
- ...

### Paresen

- Faszialisparese
- ...

### Behandlung nach Schlaganfall

- Pushersyndrom
- ...

### Ataxie