

Modul 01 – Die Basics: Einführung in die Applied Kinesiology

14. - 16. März 2025, Werner-Alfred-Bad, Potsdam

Der Muskeltest nach Goodheart ist ein für Behandler wie Patient faszinierendes diagnostisches Hilfsmittel. Auf seiner Basis bietet die Applied Kinesiology (AK) komplementäre Zugänge zum Verständnis verschiedenster Beschwerdebilder vor allem dann, wenn die klassischen Mittel ausgeschöpft sind. Insbesondere bei Befindensstörungen am Bewegungsapparat ohne vorliegende Organpathologie eröffnet sie bislang unerreichte Möglichkeiten. Das macht das System auch und gerade für die Betreuung von Sportlern so wertvoll. Das Modul vermittelt die Grundidee der Applied Kinesiology, legt dabei die Basis für eine kausale Diagnostik. Tatsächlich handelt es sich dabei um ein – eigentlich simples – universelles Prinzip. Alles was man braucht, ist ein guter Muskeltest und zwei Basiswerkzeuge: TL und Challenge. Die Teilnehmer sind nach dem Kurs mit 21 verschiedenen Muskeltests ausgestattet, mit denen sie alle Funktionskreise abdecken und wissen, wie man mit den Grundwerkzeugen der AK umgeht. Jetzt kann sofort die Suche nach den – jeweils individuellen – Ursachen der Störungen ihrer Patienten beginnen. Das Spektrum der in Frage kommenden Störungsverursacher wird im Modul dargelegt. Am Ende des Einstiegsmoduls wird – wie in jedem Modul – anhand der Demonstrationen eines konkreten Erstkontakts ein Eindruck gegeben, wie der diagnostische Zugang zu einem Beschwerdebild erfolgt und wie die Applied Kinesiology in ein integratives Therapiekonzept eingebunden wird. Die komplexe indikationsspezifische und kausale Therapie wird dann Inhalt der nachfolgenden Aufbaumodule sein.

Freitag (5h)		
13:00 45'	Eröffnung des Kurses AK-Phänomene zum Ausprobieren (gait pattern...) Einführung in AK wird vorausgesetzt: Selbststudium Online-Vortrag auf Youtube: https://www.youtube.com/watch?v=dyC5XF0kvo	Bittmann T, PD
13:45 75'	Einführung in den manuellen Muskeltest nach G. Goodheart - neurophysiologische Grundlagen zum Verständnis - Methodik des Tests am Bsp. des M. rectus femoris mit Assoziationen - Einführung der Inhibitionstechniken	Schaefer T, PD
15:00 15'	Pause	
15:15 60'	Muskeltests erlernen! - M. quadriceps femoris - M. gluteus medius - M. tensor fasciae latae - M. psoas - M. tibialis anterior	Bittmann / Schaefer T, PD
16:15 60'	Übung Der Testung der ersten 6 Muskeln	Schaefer / Bittmann / Aehle P
17:15 – 18:15 60'	Werkzeug 1 in der AK: Die Therapielokalisation (TL) Einführung in Methodik und Fehler bei TLs	Bittmann / Schaefer T, PD

Samstag (8h)		
9:00 30'	Demonstration Therapielokalisation (TL)	Bittmann / Schaefer T, PD
9:30 60'	Wiederholende Übung erste 6 Muskeltests Übung TLs	Schaefer / Bittmann / Aehle T, PD
10:30 15'	Pause	
10:45 60'	Weitere 6 Muskeltests! - M. pectoralis p. clavicularis & M. pectoralis p. sternalis - M. infraspinatus - M. subscapularis - M. latissimus - M. deltoideus pars acromialis	Aehle / Schaefer T, PD
11:45 60'	Übung der 6 weiteren Muskeltests	Bittmann / Schaefer / Aehle; P
12:45 30'	Kausalitäten Teil 1: Zu den Ursachen von Muskelfehlsteuerung - Grundlagen Kybernetik; Homöostase & Polaritäten der Heterostase - Einordnung Stresskonzept: ergotrope vs. trophotrope Reaktionslage - regulierende Systeme	Bittmann T

13:15 75'	Mittagspause	
14.30 30'	Kausalitäten Teil 2: Zu den Ursachen von Muskelfehlsteuerung - Kausalketten, Kausalnetzwerke - Nichtlinearität komplexer Systeme, Black Box-Konzept - primäre und sekundäre Störfelder	Bittmann T
15:00 120' Inkl. Pause	Werkzeug 2 in der AK: Challenge Arten der Challenge (helfend vs. störend) mit Beispielen Pause gegen 16 Uhr	Schaefer / Bittmann T, PD
17:00 – 18:00 60'	Übung Challenges	Bittmann / Schaefer / Aehle, P

Sonntag (7h)		
9:00 60'	Weitere 5 Muskeltests - Mm. ischiocrurales - M. gluteus maximus - M. popliteus - M. teres major - M. supraspinatus	Schaefer PD
10:00 60'	Übung Muskeltests	Bittmann / Schaefer / Aehle, P
11:00 15'	Pause	
11:15 60'	ÜBERSICHT über die sekundären Störfelder Die klassischen 5 Faktoren des Foramen vertebrale: > Arthron, Vertebra > Neurolymphatischer Reflex & Neurovaskulärer Reflex > craniosacrales System > Akupunktur-Leitbahnsystem Weitere sekundäre Störfelder: > Vermittelnde Systeme (Grundsystem, VNS, Hormonsystem) > Lymphsystem, Immunsystem > Viszerale & myofasziale Störungen	Bittmann T
12:15 75'	Zusammenfassende Übung > alle Muskeltests, TLs, Challenges	Schaefer / Bittmann / Aehle PD, P
13:30 30'	Pause	
14:00 15'	Vorschau auf primäre Störfelder	Schaefer
14:15 – 15:45 90'	Demonstration Fallbeispiel	Bittmann / Schaefer PD

T- Theorie, PD- Praxisdemonstration, P- Praxis

Die Referenten:

Frank Bittmann, Prof. Dr. rer. nat. habil. (inhaltliche & wissenschaftliche Leitung)

ehemals Leiter Professur Regulative Physiologie & Prävention (Sport- & Gesundheitswissenschaften, Universität Potsdam; i.R.)

Gastprofessor Fakultät für Gesundheitswissenschaften Brandenburg (Universität Potsdam)

1. Vorsitzender BVfG e.V.

Heilpraktiker (Integrative Medizin, Manuelle Medizin, Applied Kinesiology; Potsdam)

Laura Schaefer, PD Dr. phil. habil. (inhaltliche & wissenschaftliche Leitung)

Leitung Club Aktiv & Akademie für Gesundheit & Sporttherapie des BVfG e.V.

Gastwissenschaftlerin Fakultät für Gesundheitswissenschaften Brandenburg (Universität Potsdam)

Promotion Bereich Sportmedizin, Habilitation für Bereich Sport- und Gesundheitswissenschaften

2. Vorsitzende BVfG e.V.

Heilpraktikerin (Applied Kinesiology; Integrative Medizin; Potsdam)

Markus Aehle

B.A. Sporttherapie & Prävention, M.Sc. Integrative Sport-, Bewegungs- & Gesundheitswissenschaft

Heilpraktiker, Osteopath, Physiotherapeut (Applied Kinesiology, Osteopathie, ...; Potsdam)