

Modul 10 Beckenregion & Hüftgelenk

16. - 18. Februar 2024, Werner-Alfred-Bad, Potsdam

Das Modul ist eine Fundgrube einfacher, aber sehr effektiver Techniken aus den unterschiedlichsten Schubladen der Integrativen Medizin. Wieder werden zahlreiche Querverbindungen zu anderen Modulen gezogen, mit deren Themen die Becken-Hüft-Region funktionell eng verwoben ist.

Behandelt werden häufig vorkommende Störungen des Beckenrings in ihrer Verknüpfung mit den benachbarten Strukturen Hüftgelenk und Wirbelsäule. Ein Schwerpunkt ist der Umgang mit dem schmerzhaften Hüftgelenk – gerade bei beginnender oder schon fortgeschrittener arthrotischer Degeneration. Daneben werden häufige myofasziale Syndrome, assoziierte Irritationen der Hormonachse und lymphatische Engpässe der Beckenregion behandelt. Das Modul beinhaltet ein in der Praxis bewährtes Konzept für die Behandlung von – v.a. bei Sportlern vorkommenden – Leistenbeschwerden und der häufigen Adduktorenverletzungen. Der integrative Charakter des Ansatzes lebt durch Einbeziehung von primären Störfeldern und des Vegetativums, Manueller Therapie, FDM und anderen myofaszialen Techniken, SOT, osteopathischen Beiträgen, Übungen zur Intensivdehnung und der Sporttherapie.

Freitag			S.
13:00 90´	Becken und Hüftgelenk aus funktioneller Sicht Klinische Befundung	Bittmann T; PD	1 25
14:30 60´	Muskeltests an Becken und Hüftgelenk Wdhlg: M. rectus femoris, Hamstrings, Mm. glutei maximus et medius, M. psoas/iliacus, M. tensor fasciae latae, M. sacrospinalis, Mm. abdominis (rectus et obliqui), M. quadratus lumborum neu: M. gracilis, M. sartorius, M. piriformis	Schwarz PD	29
15:30 15´	Pause		-
15:45 75´	Übung klinische Befundung und Muskeltests Becken/Hüftgelenk	Schaefer/Bittmann/ Schwarz	-
17:00 – 18:00 60´	Integrative Behandlung der Becken-Hüft-Region Primäre Ursachen	Schaefer T, PD	47

Samstag			
9:00 60´	Wiederholende Demo und Übung vom Vortag Klinische Befundung, Muskeltests, Schwerpunkt integrative Behandlung primärer Störfelder	Bittmann/Schwarz/ Schaefer PD, P	-
10:00 45´	Beckentorsionen – Befundung & Behandlung TLs, Challenges, manuelle Korrekturen, Automobi	Schaefer PD	56
10:45 15´	Pause		-
11:00 45´	Übung Befundung & Behandlung von Beckentorsionen	Bittmann/Schwarz/ Schaefer P	-
11:45 60´	Weitere Störungen des Beckenrings – Befundung & Behandlung Sacral faults & coccygeal dysfunction, sacral wobble; sacral fixation mit Testung Nackenextensoren	Bittmann T, PD	70
12:45 75´	Mittagspause		-

14:00 30´	Weitere Störungen des Beckenrings – Befundung & Behandlung <i>ISG-Kompression, Symphysenstörung;</i>	Schwarz T, PD	85
14:30 75´	Übung Befundung & Behandlung Störungen des Beckenrings	Schaefer/Bittmann/ Schwarz P	-
15:45 60´	Myofasziale Störungen der Becken-Hüft-Region AK-Befundung & Behandlung <i>U-A & TP: Druckpunktbehandlung; FDM; Mobilisation</i>	Bittmann/Schwarz T, PD	90
16:45 15´	Pause		-
17:00 – 18:00 60´	Übung Befundung & Behandlung myofaszialer Störungen der Becken-Hüft-Region <i>U-A & TP: Druckpunktbehandlung; FDM; Mobilisation</i>	Schwarz/Bittmann/ Schaefer P	-

Sonntag			
9:00 90´	Wiederholende Demo und Übung Beckenstörungen Inkl. myofasziale Techniken	Schaefer/Schwarz/ Bittmann PD	-
10:30 15´	Pause		-
10:45 60´	Osteopathie der Viszera & des Beckenbodens sowie neuraltherapeutische Aspekte der Becken-Hüft-Region <i>AK-Befundung und Behandlung</i>	Schwarz PD	103
11:45 45´	Lymphatische Störungen der Becken-Hüft-Region AK-Befundung & Behandlung Gelenkregeneration	Bittmann T, PD	112
12:30 30´	Mittagspause		-
13:00 60´	Übung Befundung & Behandlung viszeraler Störungen der Beckenorgane sowie des Vegetativums	Schaefer/Bittmann/ Schwarz	-
14.00 – 16.00 120´	Fallbeispiel	Schaefer/Bittmann	-

T- Theorie, PD- Praxisdemonstration, P- Praxis

Die Referenten (alphabetisch):

Prof. Dr. rer. nat. habil. Frank Bittmann

Ltr. Abt. Regulative Physiologie und Prävention, Dpt. Sport- und Gesundheitswissenschaften, Universität Potsdam;
Vorsitzender und Mitgründer des Brandenburgischen Vereins für Gesundheitsförderung e.V.;
Vorsitzender Landesverband Brandenburg der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention;
Heilpraktiker (Integrative Medizin, Manuelle Medizin, Applied Kinesiology); Potsdam

Dr. phil. habil. Laura Schaefer

MA Lehramt Sport und Mathematik; Promotion Bereich Sportmedizin; Habilitation Sport- und Gesundheitswissenschaften
Vertretung Professur Gesundheitserziehung/-bildung im Sport, Dpt. Sport- & Gesundheitswissenschaften, Universität Potsdam
Heilpraktikerin (Applied Kinesiology; Integrative Medizin); Potsdam

Stefan Schwarz

Physiotherapeut (Barcelona); Heilpraktiker (Applied Kinesiology, Osteopathie)