

Modul 10 Beckenregion & Hüftgelenk

11. - 13. November 2022, 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		
13:00 90´	Becken und Hüftgelenk aus funktioneller Sicht Klinische Befundung	Bittmann T; PD
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
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

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
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
12:45 75´	Mittagspause	

14:00 30'	Weitere Störungen des Beckenrings – Befundung & Behandlung ISG-Kompression, Symphysenstörung;	Schwarz T, PD
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 U-A & TP: Druckpunktbehandlung; FDM; Mobilisation	Bittmann/Schwarz T, PD
16:45 15'	Pause	
17:00 – 18:00 60'	Übung Befundung & Behandlung myofaszieller Störungen der Becken-Hüft-Region U-A & TP: Druckpunktbehandlung; FDM; Mobilisation	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 AK-Befundung und Behandlung	Schwarz PD
11:45 45'	Lymphatische Störungen der Becken-Hüft-Region AK-Befundung & Behandlung Gelenkregeneration	Bittmann T, PD
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 im Bereich Sportmedizin; Habilitation Sport- und Gesundheitswissenschaften
Wiss. Mitarbeiterin Universität Potsdam, Dpt. Sport- u. Gesundheitswissenschaften, Abt. Regulative Physiologie und Prävention;
Heilpraktikerin (Applied Kinesiology; Integrative Medizin); Potsdam

Stefan Schwarz

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