

Rückenschulaufbaukurs in 20 Lerneinheiten:

VPT Rückenfitkonzepte

Kurskonzepte aufbauend auf die Neue Rückenschule:

1. Rückenfit

2. Rückenaktiv für Senioren und chron. Schmerzpatienten

Mit diesem Aufbauseminar können sich Rückenschullehrer viele Anregungen zur professionellen Kursgestaltung holen.

Dieses Seminar beinhaltet die Einführung in die beiden neuen standardisierten und ZPP zertifizierten Rückenkurskonzepte aufbauend auf die Neue Rückenschule inklusive der ausführlichen Stundenbilder und Teilnehmerhandouts

Chronische Rückenschmerzen nehmen trotz medizinischer Fortschritte seit Jahren kontinuierlich zu. Mit der Neuen Rückenschule hat sich seit 2007 ein evidenzbasiertes Konzept entwickelt, um den Kunden Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Neben den zertifizierten Rückenschulskonzepten bietet dieses Seminar den Teilnehmern zwei weitere Konzepte zur Erweiterung ihres Angebotsspektrum an.

Dieses Seminar ist auch zur Verlängerung der KddR Lizenz anerkannt.

Inhalte der Seminarleiter-Ausbildung:

- Schulung in Unterrichtsmethodik und Rhetorik.
- Hintergrundwissen zum Training der globalen Rumpfmuskeln in Kurs- und Einzelcoaching
- Hintergrundwissen zum Training der tiefen Rumpfmuskeln in Kurs- und Einzelcoaching
- Aufbau von Handlungs- und Effektwissen zu Spielen und Sensomotorischem Training
- Maßnahmen zur Vermittlung von Selbststeuerung und Selbstbeobachtung
- Kompetenzentwicklung zur Durchführung selbstgesteuerter gesundheitsorientierter Aktivitäten
- Bio-psycho-soziale Aspekte des Rückenschmerzes
- Schmerzmanagement
- Bedeutung und Wirkung der täglichen Aktivität
- Praxisbeispiele des Mentalen Trainings im Schmerzmanagement
- Evidenzbasierte Risikofaktoren für die Entwicklung des chronischen Rückenschmerzes: Soziale Einflüsse, Psychologische Faktoren, Individuelle Faktoren
- Einführung in das zertifizierte Konzept Rückenfit in 12 x 60 Minuten
- Einführung in das zertifizierte Konzept Rückenaktiv für Senioren