

# Universitätskurs

Pilates bei Verletzungen  
der Oberen Gliedmaßen



## Universitätskurs

### Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitude.com/de/medizin/universitatskurs/pilates-verletzungen-oberen-gliedmassen](http://www.techtitude.com/de/medizin/universitatskurs/pilates-verletzungen-oberen-gliedmassen)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 16

05

Methodik

---

Seite 20

06

Qualifizierung

---

Seite 28

# 01

# Präsentation

Es gibt mehrere Studien und Leitfäden, die die Bedeutung von Pilates-Übungen für die Rehabilitation und Prävention von Erkrankungen der oberen Gliedmaßen hervorheben. Zu den wichtigsten Vorteilen dieser Disziplin gehört die Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft und der motorischen Kontrolle bei Menschen mit Pathologien in diesem Körperbereich. Daher ist es wichtig, dass die Anwendung dieser Disziplin von einem Arzt geleitet wird, der auf diesem Gebiet auf dem neuesten Stand ist. TECH hat dieses Programm entwickelt, um den Studenten die Möglichkeit zu geben, die spezifischen Protokolle für die Anwendung der Pilates-Methode bei Erkrankungen des Ellenbogens, des Handgelenks, der Hand und der Schulter kennen zu lernen. Es handelt sich um einen 100%igen Online-Studiengang, der in seiner Durchführung absolut flexibel ist und sich an die täglichen Aktivitäten der Berufstätigen anpasst.



“

*Dieses Universitätskurs wird Ihnen die besten Pilates-Übungen und -Protokolle vermitteln, mit denen Sie Ihre therapeutischen Fähigkeiten bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen verbessern können"*

Im Laufe der Jahre hat sich gezeigt, dass regelmäßiges Pilates-Training den Rehabilitationsprozess erheblich unterstützt und dazu beiträgt, die Funktionalität der betroffenen Körperpartien wiederherzustellen und Schmerzen zu lindern. Darüber hinaus haben wissenschaftliche Untersuchungen gezeigt, dass diese Methode zur Verletzungsprävention und zur allgemeinen Gesundheit des Bewegungsapparats beiträgt. Deshalb gewährleistet diese medizinische Aktualisierung einen personalisierten und sicheren Ansatz, um jeden Patienten unter Berücksichtigung seines körperlichen Zustands, seiner Krankengeschichte und seiner spezifischen Bedürfnisse behandeln zu können. Dadurch wird ein maximaler therapeutischer Nutzen erreicht und mögliche Risiken werden auf ein Minimum reduziert.

In diesem Kontext hat TECH diesen Universitätskurs entwickelt, der speziell darauf ausgerichtet ist, medizinischen Fachkräften eine umfassende Aktualisierung in der Anwendung der Pilates-Methode bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen zu bieten. Auf diese Weise können die medizinischen Fachkräfte ihre Kenntnisse über grundlegende anatomische Konzepte, Stabilisierungsübungen an Geräten und Übungen zur Gelenkbeweglichkeit erweitern. Ausserdem werden die wichtigsten Kräftigungsübungen und die häufigsten Erkrankungen der Schulter und des Ellbogens eingehend behandelt.

Der Student erhält also eine effektive Aktualisierung durch ein Programm, das zu 100 % online präsentiert wird und eine der revolutionärsten akademischen Methoden verwendet, das *Relearning*-System. Damit kann er seine Zeit optimal nutzen, da er sich komplexe Konzepte in kürzester Zeit merken kann. Außerdem kann er auf dieses akademische Angebot einfach und schnell von jedem Gerät mit Internetanschluss aus zugreifen.

Dieser **Universitätskurs in Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, präsentiert von Experten für Physiotherapie und Spezialisten für Pilates
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Er enthält praktische Übungen, in denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugriffs auf die Inhalte von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Sie sollten diese einzigartige Gelegenheit nutzen, um Ihre Kenntnisse über Pilates zur Behandlung von Erkrankungen der oberen Gliedmaßen durch diesen 100%igen Online-Universitätskurs zu aktualisieren"*

“

*Mit diesem Studiengang sind Sie in der Lage, Störungen der oberen Gliedmaßen zu behandeln und zu rehabilitieren, indem Sie für jede Pathologie spezifische Pilates-Übungen durchführen"*

*Die zahlreichen didaktischen Materialien dieses Universitätskurses enthalten Stabilisierungsübungen und spezifische Protokolle zur Behandlung von Schulter- und Handgelenksbeschwerden.*

*TECH passt sich an Sie an und hat deshalb ein flexibles Programm mit 100% Online-Inhalten entwickelt, das 24 Stunden am Tag verfügbar ist.*

Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Fachleuten von führenden Unternehmen und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des akademischen Kurses auftreten. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.



# 02 Ziele

Das Hauptziel dieses Studiengangs ist die Aktualisierung der Kenntnisse und Fähigkeiten von Ärzten über Verletzungen der oberen Gliedmaßen und der Anwendung von Pilates-Techniken. Auf diese Weise kann die Fachkraft diese Methode als wirksames Instrument bei der Behandlung und Rehabilitation von Muskelstörungen einsetzen. Um dies zu erreichen, hat TECH ein 100%iges Online-Programm entwickelt, das einen flexiblen Zugang bietet und die Koordination der täglichen Aktivitäten mit den anspruchsvollsten beruflichen Aufgaben ermöglicht.





“

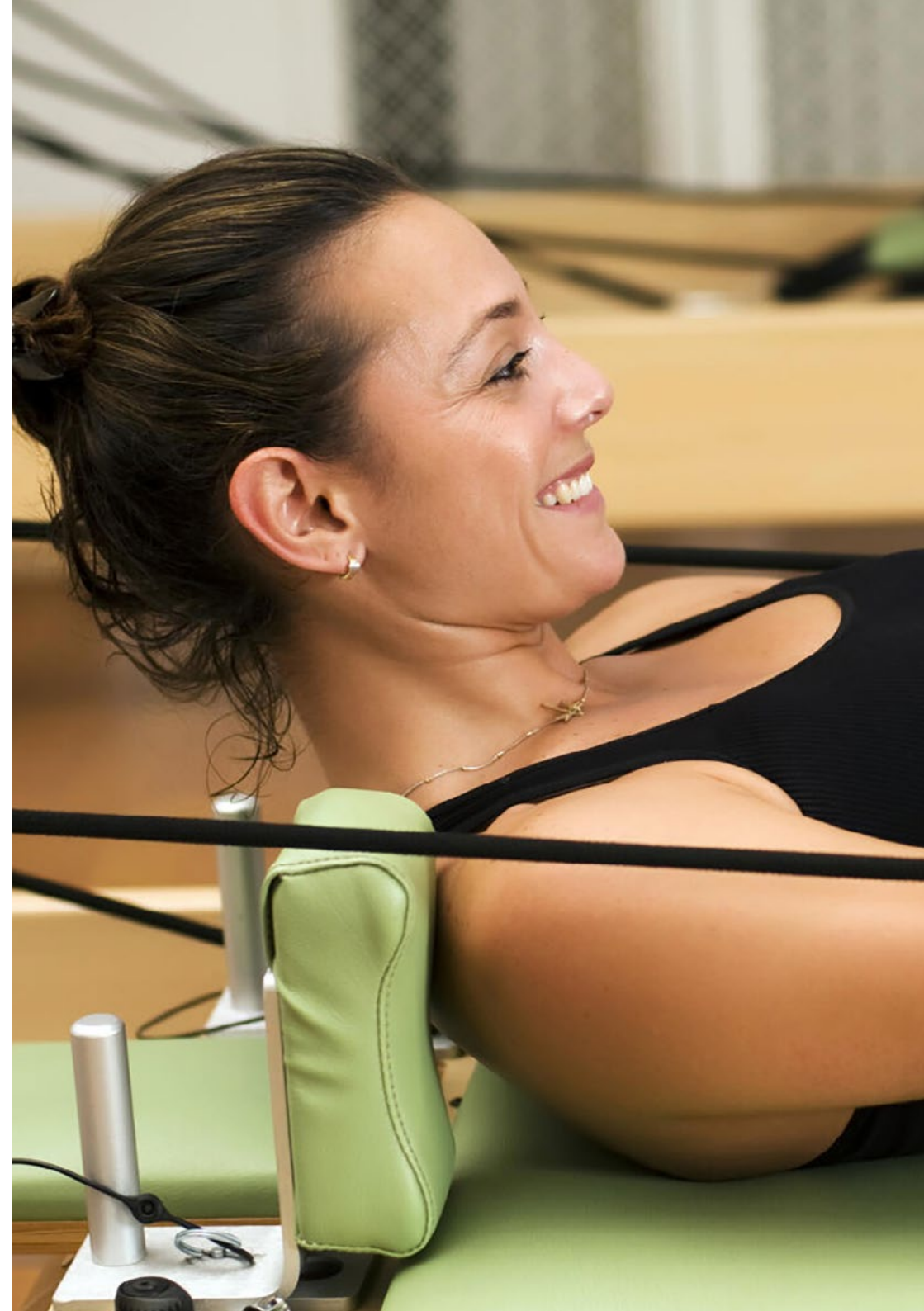
*Sie werden Ihr Wissen über die Behandlung von  
Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen  
mit Hilfe der Pilates-Übungstherapien erweitern"*



## Allgemeine Ziele

---

- ◆ Erweitern der Kenntnisse und beruflichen Fähigkeiten in der Praxis und im Unterricht von Pilates-Übungen am Boden, an verschiedenen Geräten und mit Hilfsmitteln
- ◆ Differenzieren zwischen den Anwendungen der Pilates-Übungen und den Anpassungen, die für jeden Patienten vorgenommen werden müssen
- ◆ Erstellen eines Übungsprotokolls, das an die Symptomatik und Pathologie des jeweiligen Patienten angepasst ist
- ◆ Bestimmen der Progressionen und Regressionen der Übungen entsprechend den verschiedenen Phasen des Genesungsprozesses nach einer Verletzung
- ◆ Vermeiden kontraindizierter Übungen auf der Grundlage einer vorherigen Bewertung der Patienten und Klienten
- ◆ Bedienen der Geräte, die in der Pilates-Methode verwendet werden
- ◆ Bereitstellen der notwendigen Informationen für die Suche nach wissenschaftlichen und aktualisierten Informationen über Pilates-Behandlungen, die bei verschiedenen Pathologien anwendbar sind
- ◆ Analysieren des Bedarfs und der Verbesserungen von Pilates-Geräten in einem Therapieraum für Pilates-Übungen
- ◆ Entwickeln von Maßnahmen zur Verbesserung der Wirksamkeit von Pilates-Übungen basierend auf den Prinzipien der Methode
- ◆ Ausführen der Übungen nach der Pilates-Methode auf korrekte und analytische Weise
- ◆ Analysieren der physiologischen und posturalen Veränderungen, die bei schwangeren Frauen auftreten
- ◆ Entwerfen von angepassten Übungen für die Frau im Verlauf der Schwangerschaft bis zur Entbindung
- ◆ Beschreiben der Anwendung der Pilates-Methode bei Spitzensportlern





## Spezifische Ziele

---

- ◆ Erkennen der Pathologien der Schulter und deren Behandlung
- ◆ Erarbeiten von Kenntnissen über die Pathologie des Ellenbogens und ihre Behandlung
- ◆ Untersuchen der Pathologie des Handgelenks und deren Behandlung



*Mit diesem 100%igen Online-Studiengang können Sie sich mit den spezifischen Protokollen und den wirksamsten Übungen zur Behandlung von Pathologien des Ellenbogens und der Hand vertraut machen"*

# 03 Kursleitung

Die Studiengänge von TECH zeichnen sich durch ihren innovativen Inhalt und ihre Exzellenz aus. Um dieses Ziel in jedem ihrer Programme zu erreichen, hat sie führende Experten mit umfassender Erfahrung in der Physiotherapie engagiert. Auf diese Weise haben Ärzte die Möglichkeit, auf die innovativsten Inhalte zuzugreifen, die von ausgewiesenen Experten der Pilates-Methode entwickelt wurden. Eine einmalige Gelegenheit, von den führenden Spezialisten auf diesem Gebiet ein effektives Update zu erhalten.





“

*Bringen Sie sich auf den neuesten Stand mit einem Lehrplan, der von Experten der Pilates-Methode entwickelt wurde, um Verletzungen der oberen Gliedmaßen mit innovativen therapeutischen Techniken zu behandeln"*

## Leitung



### Hr. González Arganda, Sergio

- ◆ Physiotherapeut des Fußballclubs Atlético de Madrid
- ◆ Geschäftsführer von Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Dozent für den Mastertstudiengang in Training und Sportrehabilitation im Fußball
- ◆ Dozent für den Universitätsexperten in Klinisches Pilates
- ◆ Dozent für den Masterstudiengang in Biomechanik und Sportphysiotherapie
- ◆ Masterstudiengang in Osteopathie des Bewegungsapparates an der Osteopathieschule von Madrid
- ◆ Experte für Pilates-Rehabilitation des Königlichen Spanischen Gymnastikverbandes
- ◆ Masterstudiengang in Biomechanik für die Beurteilung von Verletzungen und fortgeschrittene Techniken in der Physiotherapie
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Päpstlichen Universität von Comillas

## Professoren

### Fr. Cortés Lorenzo, Laura

- ◆ Physiotherapeutin an der Fiosiomon Klinik
- ◆ Physiotherapeutin am Technischen Zentrum des Hockeyverbandes von Madrid
- ◆ Physiotherapeutin in Unternehmen auf Vermittlung von Fisiowork SL
- ◆ Traumatologische Physiotherapie an der Artros Klinik
- ◆ Physiotherapeutin beim Club SPV51 und Feldhockey Club Valdeluz
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie Universität Complutense von Madrid



# 04

## Struktur und Inhalt

Dieser Studiengang bietet modernste Inhalte zu Pilates bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen und liefert eine umfassende Aktualisierung für Gesundheitsfachkräfte. Auf diese Weise befassen sie sich eingehend mit Osteologie, Myologie und Biomechanik der oberen Gliedmaßen, Boden- und Gerätestabilisierungsübungen sowie Übungen zur Gelenkbeweglichkeit. Darüber hinaus werden die Studenten ihre Fähigkeiten und Kompetenzen im Bereich der Kräftigung der oberen Gliedmaßen und der Nerveneinklemmungen in diesem Bereich durch umfangreiches Lehrmaterial erweitern.







“

*Mit der in diesem Programm angebotenen Relearning-Methode haben Sie die Möglichkeit, die wichtigsten Konzepte zu festigen, ohne langes Auswendiglernen"*

## Modul 1. Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen

- 1.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
  - 1.1.1. Knochenkunde der oberen Gliedmaßen
  - 1.1.2. Myologie der oberen Gliedmaßen
  - 1.1.3. Biomechanik der oberen Gliedmaßen
  - 1.1.4. Bewährte Verfahren
- 1.2. Übungen zur Stabilisierung
  - 1.2.1. Einführung in die Stabilisierungsübungen
  - 1.2.2. Stabilisierungsübungen auf der Matte
  - 1.2.3. Stabilisierungsübungen mit Geräten
  - 1.2.4. Beste Stabilisierungsübungen
- 1.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
  - 1.3.1. Einführung in die Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
  - 1.3.2. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke auf der Matte
  - 1.3.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke mit Geräten
  - 1.3.4. Beste Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
- 1.4. Kräftigungsübungen
  - 1.4.1. Einführung in die Kräftigungsübungen
  - 1.4.2. Kräftigungsübungen auf der Matte
  - 1.4.3. Kräftigungsübungen mit Geräten
  - 1.4.4. Beste Kräftigungsübungen
- 1.5. Funktionelle Übungen
  - 1.5.1. Einführung in die funktionellen Übungen
  - 1.5.2. Funktionelle Übungen auf der Matte
  - 1.5.3. Funktionelle Übungen mit Geräten
  - 1.5.4. Beste funktionelle Übungen
- 1.6. Pathologie der Schultern. Spezifische Protokolle
  - 1.6.1. Schmerzhaftes Schulter
  - 1.6.2. Adhäsive Kapsulitis
  - 1.6.3. Hypomobile Schulter
  - 1.6.4. Schulterübungen





- 1.7. Pathologie des Ellenbogens. Spezifische Protokolle
  - 1.7.1. Pathologie der Gelenke
  - 1.7.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 1.7.3. Posttraumatischer oder postoperativer Ellenbogen
  - 1.7.4. Ellenbogenübungen
- 1.8. Pathologie des Handgelenks
  - 1.8.1. Wichtigste Syndrome
  - 1.8.2. Art der Handgelenkspathologie
  - 1.8.3. Handgelenksübungen
  - 1.8.4. Schlussfolgerungen
- 1.9. Pathologie der Hand
  - 1.9.1. Wichtigste Syndrome
  - 1.9.2. Art der Handpathologie
  - 1.9.3. Handübungen
  - 1.9.4. Schlussfolgerungen
- 1.10. Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen
  - 1.10.1. Plexus brachialis
  - 1.10.2. Periphere Nerven
  - 1.10.3. Art der Pathologie
  - 1.10.4. Übungen für Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen



*Sie werden Ihr Wissen über die anatomischen Grundlagen und die Biomechanik der oberen Gliedmaßen mit Hilfe der Fachlektüre dieses Programms vertiefen"*

# 05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.



“

*Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"*

## Bei TECH verwenden wir die Fallmethode

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Fachkräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

*Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.*



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Praxis des Arztes nachzustellen.

“

*Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“*

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Studenten, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen basiert auf praktischen Fähigkeiten, die es den Studenten ermöglichen, sich besser in die reale Welt zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



## Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.



*Die Fachkraft lernt durch reale Fälle und die Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.*



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methodik wurden mehr als 250.000 Ärzte mit beispiellosem Erfolg in allen klinischen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der chirurgischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



#### Chirurgische Techniken und Verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten medizinischen Verfahren näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie es sich so oft anschauen können, wie Sie möchten.



#### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





06

# Qualifizierung

Der Universitätskurs in Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab  
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss  
ohne lästige Reisen oder Formalitäten"*

Dieser **Universitätskurs in Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologische Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Pilates bei Verletzungen der Oberen Gliedmaßen**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **150 Std.**



\*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen. Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen  
erziehung information tutoren  
garantie akkreditierung unterricht  
institutionen technologie lernen  
gemeinschaft verpflichtung  
persönliche betreuung innovation  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung instituten  
virtuelles Klassenzimmer

**tech** technologische  
universität

### Universitätskurs

Pilates bei Verletzungen  
der Oberen Gliedmaßen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

# Universitätskurs

Pilates bei Verletzungen  
der Oberen Gliedmaßen

