

Universitätsexperte

Pilates-Methode am Boden



## Universitätsexperte Pilates-Methode am Boden

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitude.com/de/physiotherapie/spezialisierung/spezialisierung-pilates-methode-boden](http://www.techtitude.com/de/physiotherapie/spezialisierung/spezialisierung-pilates-methode-boden)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 18

05

Methodik

---

Seite 24

06

Qualifizierung

---

Seite 32

# 01

# Präsentation

Die Pilates-Techniken haben sich bei der Vorbeugung und Behandlung von chronischen Schmerzen und muskulären Unausgewogenheiten als wirksam erwiesen. Aus diesem Grund haben Physiotherapeuten diese Übungen in ihre therapeutischen Verfahren aufgenommen, um Pathologien im Zusammenhang mit der Wirbelsäule und den Gliedmaßen zu behandeln. Daher hat TECH dieses Programm entwickelt, um Physiotherapeuten ein Update in der Anpassung der Pilates-Übungen auf dem Boden für jede Verletzung sowie Techniken zur Stabilisierung der Mitte und der Gelenke zu bieten. All dies mit einer 100%igen Online-Methode, flexibel und mit Inhalten, die jederzeit und überall von einem elektronischen Gerät mit Internetanschluss zugänglich sind.



“

*Erweitern Sie Ihre Kenntnisse mit diesem Programm über die effektivsten Pilates-Methoden am Boden für Ihre physiotherapeutische Praxis"*

Die Anwendung der Pilates-Methode am Boden bei physiotherapeutischen Behandlungen hat sich als vorteilhaft für Patienten erwiesen, die Verletzungen vorbeugen und chronische Schmerzzustände und Muskelungleichgewichte behandeln wollen. Aus diesem Grund arbeiten die Physiotherapeuten bei der Rehabilitation und Prävention von Verletzungen des Bewegungsapparats ganzheitlich dank der Einbeziehung dieser Disziplin.

In diesem Zusammenhang hat TECH dieses Programm entwickelt, das Physiotherapeuten eine einzigartige Gelegenheit bietet, sich in der Anpassung von Positionen und Übungen mit Pilates auf den neuesten Stand zu bringen. Auf diese Weise können sie ihre Kompetenzen bei der Beurteilung der Fähigkeiten von Patienten mit unterschiedlichen Pathologien und bei der Auswahl verschiedener Übungen verbessern.

Dieser Studiengang bietet auch die Möglichkeit, den Hintergrund und die Grundprinzipien der Pilates-Methode sowie die Unterschiede zwischen den verschiedenen Methoden zu vertiefen. All dies, ohne viele Stunden mit Auswendiglernen zu verbringen, dank der von TECH entwickelten *Relearning*-Methode.

Darüber hinaus wird dieser 100%ige Online-Universitätsexperte durch eine Reihe von Multimedia-Ressourcen bereichert, die in einer virtuellen Bibliothek zur Verfügung stehen und 24 Stunden am Tag über ein digitales Gerät mit Internetanschluss zugänglich sind. Dadurch erhalten die Studenten mehr Flexibilität, um ihre täglichen Aktivitäten mit einer qualitativ hochwertigen und aktuellen akademischen Fortbildung zu vereinbaren.

Dieser **Universitätsexperte in Pilates-Methode am Boden** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Die wichtigsten Merkmale sind:

- Die Entwicklung von Fallstudien, präsentiert von Experten in Physiotherapie und Spezialisten in Pilates
- Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- Die praktischen Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens durchgeführt werden kann
- 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



*Nutzen Sie die Multimedia-Inhalte, um die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse über den Einsatz von Pilates-Übungen am Boden zur Heilung von Hüftproblemen zu erforschen"*

“ *In nur 6 Monaten werden Sie in der Lage sein, die effizientesten Pilates-Übungen mit Geräten zur Behandlung von Kniepathologien in Ihre klinische Praxis zu integrieren*”

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 situierendes 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 gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

*Erfahren Sie mehr über die häufigsten Krankheiten bei älteren Menschen, wie z. B. Osteoporose, und wie man sie mit Pilates-Techniken behandeln kann.*

*Befassen Sie sich mit Kräftigungs-, Funktions- und Mobilitätsübungen, um Ihren Patienten die bestmöglichen Alternativen aufzuzeigen.*



# 02 Ziele

Das Ziel dieses Studiengangs ist, Physiotherapeuten die aktuellsten Informationen über die Pilates-Methode am Boden zu vermitteln. Dadurch werden sie in der Lage sein, diese Disziplin als wirksame therapeutische Methode bei der Behandlung von verschiedenen Verletzungen einzusetzen. Indem sie die Prinzipien und Techniken dieser Disziplin in ihre tägliche Praxis einbeziehen, bieten sie ihren Patienten eine ergänzende Behandlungsmöglichkeit, die Gesundheit und Wohlbefinden fördert. Um dies zu erreichen, hat TECH dieses Programm geschaffen, das den Physiotherapeuten die Möglichkeit gibt, ihre Fortbildung mit ihrer täglichen Arbeit zu verbinden und alle aufkommenden Zweifel mit dem fachkundigen Dozententeam des Programms zu klären.



“

*Erarbeiten Sie Lösungen, die auf die Bedürfnisse Ihrer Patienten zugeschnitten sind, und wenden Sie die modernsten Techniken der Pilates-Methode am Boden an"*



## Allgemeine Ziele

---

- ♦ Vertiefen der Kenntnisse und praktischen beruflichen Fähigkeiten 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 jedes Patienten angepasst ist
- ♦ Bestimmen der Progressionen und Regressionen der Übungen entsprechend den verschiedenen Phasen des Genesungsprozesses nach einer Verletzung
- ♦ Vermeiden von kontraindizierten 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 auf der Grundlage der 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 Übungen, die an die Frau im Verlauf der Schwangerschaft bis zur Entbindung angepasst sind
- ♦ Beschreiben der Anwendung der Pilates-Methode bei Spitzensportlern





## Spezifische Ziele

---

### **Modul 1. Pilates bei Wirbelsäulenverletzungen**

- ♦ Untersuchen der wichtigsten Probleme der Wirbelsäule und deren Behandlung
- ♦ Aktualisieren der Kenntnisse über die Hauptprobleme des Rückens und deren Behandlung
- ♦ Anwenden spezifischer Übungsprotokolle für den Genesungsprozess bei Verletzungen

### **Modul 2. Pilates bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen**

- ♦ 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

### **Modul 3. Pilates bei Verletzungen der unteren Gliedmaßen**

- ♦ Feststellen der besonderen Charakteristika der einzelnen Läsionen
- ♦ Behandeln von Beschwerden mit Hilfe von Übungen nach der Pilates-Methode
- ♦ Anwenden spezifischer Übungsprotokolle für den Genesungsprozess von Verletzungen

### **Modul 4. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates**

- ♦ Beherrschen der Charakteristika der einzelnen Pathologien
- ♦ Erkennen der wichtigsten Symptome jeder Pathologie
- ♦ Behandeln von Beschwerden mit Hilfe von Übungen nach der Pilates-Methode

# 03

## Kursleitung

Um die akademische Qualität, die TECH auszeichnet, zu bewahren, wurden für dieses Programm anerkannte Experten mit großer Erfahrung auf dem Gebiet der Physiotherapie herangezogen. Physiotherapeuten haben so Zugang zu einem Spitzenprogramm, das von echten Spezialisten der Pilates-Methode entwickelt wurde. Der Studiengang ermöglicht eine außergewöhnliche akademische Erfahrung in der Zusammenarbeit mit führenden Experten auf diesem Gebiet.



“

*Erkunden Sie gemeinsam mit führenden Experten auf dem Gebiet der Physiotherapie, wie die Pilates-Methode eine wirksame Rolle bei der Behandlung von Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen spielen kann"*

## Internationaler Gastregisseur

Dr. Edward Laskowski ist eine international führende Persönlichkeit auf dem Gebiet der Sportmedizin und der physischen Rehabilitation. Er ist vom American Board of Physical Medicine and Rehabilitation zertifiziert und war ein fester Bestandteil des renommierten Personals der Mayo-Klinik, wo er als Direktor des Zentrums für Sportmedizin tätig war.

Darüber hinaus umfasst sein Fachwissen ein breites Spektrum an Disziplinen, von Sportmedizin über Fitness bis hin zu Kraft- und Stabilitätsübungen. Er arbeitet eng mit einem multidisziplinären Team von Spezialisten aus den Bereichen Physikalische Medizin, Rehabilitation, Orthopädie, Physiotherapie und Sportpsychologie zusammen, um einen ganzheitlichen Ansatz für die Betreuung seiner Patienten zu bieten.

Sein Einfluss geht auch über die klinische Praxis hinaus, da er auf nationaler und internationaler Ebene für seine Beiträge zur Welt des Sports und der Gesundheit anerkannt wurde. Als solcher wurde er von Präsident George W. Bush in den President's Council für körperliche Fitness und Sport berufen und mit dem Distinguished Service Award des Gesundheitsministeriums ausgezeichnet, was sein Engagement für die Förderung eines gesunden Lebensstils unterstreicht.

Darüber hinaus hat er bei großen Sportereignissen wie den Olympischen Winterspielen 2002 in Salt Lake City und dem Chicago-Marathon mitgewirkt und für eine hochwertige medizinische Versorgung gesorgt. Darüber hinaus spiegelt sich sein Engagement für die Öffentlichkeitsarbeit in seiner umfangreichen Arbeit bei der Erstellung von akademischen Ressourcen wider, einschließlich der Mayo-Klinik CD-ROM über Sport, Gesundheit und Fitness, sowie in seiner Rolle als mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for Everybody“. Mit seiner Leidenschaft für die Entlarvung von Mythen und die Bereitstellung präziser, aktueller Informationen ist Dr. Edward Laskowski weiterhin eine einflussreiche Stimme in der Sportmedizin und im Fitnessbereich weltweit.



## Dr. Edward, Laskowski

---

- Direktor des Zentrums für Sportmedizin der Mayo-Klinik, USA
- Beratungsarzt, National Hockey League Players' Association, USA
- Arzt an der Mayo-Klinik, USA
- Mitglied der Olympischen Poliklinik bei den Olympischen Winterspielen (2002), Salt Lake City
- Facharzt für Sportmedizin, Fitness, Krafttraining und Stabilitätsschulung
- Zertifiziert durch das American Board of Physical Medicine and Rehabilitation
- Mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for EveryBody“
- Preis für besondere Verdienste des Ministeriums für Gesundheit und menschliche Dienste
- Mitglied von:
- American College of Sports Medicine

“

*Dank TECH können Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen“*

## Leitung



### Hr. González Arganda, Sergio

- ♦ Physiotherapeut des Fußballclubs Atlético von Madrid
- ♦ CEO von Fisis Domicilio Madrid
- ♦ Dozent im Masterstudiengang Physikalische Vorbereitung und Sportanpassung im Fußball
- ♦ Dozent im Universitätsexperten für klinisches Pilates
- ♦ Dozent im Masterstudiengang Biomechanik und Sportphysiotherapie
- ♦ Masterstudiengang in Osteopathie des Bewegungsapparates an der Schule für Osteopathie von Madrid
- ♦ Experte für Pilates und Rehabilitation des Königlichen Spanischen Turnverbands
- ♦ Masterstudiengang in Biomechanik, angewandt auf die Bewertung von Verletzungen und fortgeschrittene Techniken in der Physiotherapie
- ♦ Hochschulabschluss in Physiotherapie von der Päpstlichen Universität Comillas

## Professoren

### Fr. Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Physiotherapeutin in der Klinik Fiosiomon
- ♦ Physiotherapeutin im Zentrum für Technifizierung des Hockeyverbands von Madrid
- ♦ Physiotherapeutin bei Fisis Domicilio Madrid
- ♦ Physiotherapeutin für Traumatologie in der Klinik Artros
- ♦ Physiotherapeutin bei den Feldhockey-Vereinen Club SPV51 und Club Valdeluz
- ♦ Hochschulabschluss in Physiotherapie. Universität Complutense von Madrid

### Fr. García Ibáñez, Marina

- ♦ Physiotherapeutin für häusliche Behandlungen bei Kindern und Erwachsenen mit neurologischer Pathologie
- ♦ Physiotherapeutin bei der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- ♦ Physiotherapeutin und Psychologin in der Klinik Kinés
- ♦ Physiotherapeutin in der Klinik San Nicolás
- ♦ Masterstudiengang in neurologischer Physiotherapie: Beurteilungs- und Behandlungstechniken an der Europäischen Universität von Madrid
- ♦ Expertin für neurologische Physiotherapie an der Europäischen Universität von Madrid
- ♦ Hochschulabschluss in Psychologie an der Nationalen Universität für Fernunterricht (UNED)



#### **Hr. Pérez Costa, Eduardo**

- ◆ Geschäftsführer von Move2Be Physiotherapie und Readaptation
- ◆ Selbstständiger Physiotherapeut, Heimtherapie in Madrid
- ◆ Physiotherapeut an der Geburtsklinik San Sebastián de los Reyes
- ◆ Sporttrainer des Zona Press Basketball Clubs
- ◆ Physiotherapeut an der Filiale von UD Sanse
- ◆ Physiotherapeut vor Ort an der Stiftung Marcet
- ◆ Physiotherapeut an der Pascual & Muñoz Klinik
- ◆ Physiotherapeut an der Fisio Life Plus Klinik
- ◆ Masterstudiengang in Manueller Physiotherapie des Bewegungsapparats an der Universität von Alcalá
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Universität von Alcalá

“*Eine einzigartige, wichtige und entscheidende Fortbildungserfahrung, die Ihre berufliche Entwicklung fördert*”

# 04

## Struktur und Inhalt

Dieser Universitätsexperte bietet ein Update der Pilates-Methode am Boden einhergehend mit Kenntnissen über die Biomechanik der Wirbelsäule, die zentralen Stabilisierungsübungen und über Bandscheibensyndrome. Der Student wird auch spezifische Übungen für neurologische Störungen der Gliedmaßen sowie für die Dissoziation erlernen. All dies mit einer Fülle von Lehrmaterial, das 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche zugänglich ist.





“

*Mit der Relearning-Methode können Sie Ihre Studienzzeit optimieren und die komplexesten Konzepte in kürzester Zeit assimilieren"*

## Modul 1. Pilates-Methode

- 1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.2. Joseph Pilates
  - 1.1.3. Fachbücher und Postulate
  - 1.1.4. Vermächtnis
  - 1.1.5. Ursprüngliche Übung nach Maß
- 1.2. Hintergrund der Pilates-Methode
  - 1.2.1. Referenzen
  - 1.2.2. Evolution
  - 1.2.3. Derzeitige Situation
  - 1.2.4. Schlussfolgerungen
- 1.3. Evolution der Methode
  - 1.3.1. Verbesserungen und Modifikationen
  - 1.3.2. Beiträge zur Pilates-Methode
  - 1.3.3. Therapeutisches Pilates
  - 1.3.4. Pilates und körperliche Betätigung
- 1.4. Prinzipien der Pilates-Methode
  - 1.4.1. Definition der Prinzipien
  - 1.4.2. Evolution der Prinzipien
  - 1.4.3. Ebenen der Progression
  - 1.4.4. Schlussfolgerungen
- 1.5. Klassisches versus Modernes Pilates
  - 1.5.1. Kernpunkte des klassischen Pilates
  - 1.5.2. Analyse des modernen/klassischen Pilates
  - 1.5.3. Leistungen des modernen Pilates
  - 1.5.4. Schlussfolgerungen
- 1.6. Boden- und Geräte-Pilates
  - 1.6.1. Grundlagen des Boden-Pilates
  - 1.6.2. Evolution des Boden-Pilates
  - 1.6.3. Grundlagen des Geräte-Pilates
  - 1.6.4. Evolution des Geräte-Pilates

- 1.7. Wissenschaftlicher Nachweis
  - 1.7.1. Wissenschaftliche Fachzeitschriften zu Pilates
  - 1.7.2. Doktorarbeiten zum Thema Pilates
  - 1.7.3. Pilates-Veröffentlichungen
  - 1.7.4. Applikationen für Pilates
- 1.8. Leitlinien der Pilates-Methode
  - 1.8.1. Nationale Tendenzen
  - 1.8.2. Internationale Tendenzen
  - 1.8.3. Trendanalyse
  - 1.8.4. Schlussfolgerungen
- 1.9. Die Schulen
  - 1.9.1. Pilates-Ausbildungsschulen
  - 1.9.2. Zeitschriften
  - 1.9.3. Evolution von Pilates-Schulen
  - 1.9.4. Schlussfolgerungen
- 1.10. Pilates-Vereine und -Verbände
  - 1.10.1. Definitionen
  - 1.10.2. Beiträge
  - 1.10.3. Ziele
  - 1.10.4. PMA (Pilates Method Alliance)

## Modul 2. Pilates bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen

- 2.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
  - 2.1.1. Knochenkunde der oberen Gliedmaßen
  - 2.1.2. Myologie der oberen Gliedmaßen
  - 2.1.3. Biomechanik der oberen Gliedmaßen
  - 2.1.4. Bewährte Verfahren
- 2.2. Übungen zur Stabilisierung
  - 2.2.1. Einführung in die Stabilisierungsübungen
  - 2.2.2. Stabilisierungsübungen auf der Matte
  - 2.2.3. Stabilisierungsübungen mit Geräten
  - 2.2.4. Beste Stabilisierungsübungen

- 2.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
  - 2.3.1. Einführung in die Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
  - 2.3.2. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke auf der Matte
  - 2.3.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke mit Geräten
  - 2.3.4. Beste Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
- 2.4. Kräftigungsübungen
  - 2.4.1. Einführung in die Kräftigungsübungen
  - 2.4.2. Kräftigungsübungen auf der Matte
  - 2.4.3. Kräftigungsübungen mit Geräten
  - 2.4.4. Beste Kräftigungsübungen
- 2.5. Funktionelle Übungen
  - 2.5.1. Einführung in die funktionellen Übungen
  - 2.5.2. Funktionelle Übungen auf der Matte
  - 2.5.3. Funktionelle Übungen mit Geräten
  - 2.5.4. Beste funktionelle Übungen
- 2.6. Pathologie der Schultern. Spezifische Protokolle
  - 2.6.1. Schmerzhaftes Schulter
  - 2.6.2. Adhäsive Kapsulitis
  - 2.6.3. Hypomobile Schulter
  - 2.6.4. Schulterübungen
- 2.7. Pathologie des Ellenbogens. Spezifische Protokolle
  - 2.7.1. Pathologie der Gelenke
  - 2.7.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 2.7.3. Posttraumatischer oder postoperativer Ellenbogen
  - 2.7.4. Ellenbogenübungen
- 2.8. Pathologie des Handgelenks
  - 2.8.1. Wichtigste Syndrome
  - 2.8.2. Art der Handgelenkspathologie
  - 2.8.3. Handgelenksübungen
  - 2.8.4. Schlussfolgerungen

- 2.9. Pathologie der Hand
  - 2.9.1. Wichtigste Syndrome
  - 2.9.2. Art der Handpathologie
  - 2.9.3. Handübungen
  - 2.9.4. Schlussfolgerungen
- 2.10. Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen
  - 2.10.1. Plexus brachialis
  - 2.10.2. Periphere Nerven
  - 2.10.3. Art der Pathologie
  - 2.10.4. Übungen für Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen

### Modul 3. Pilates bei Verletzungen der unteren Gliedmaßen

- 3.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
  - 3.1.1. Knochenkunde der unteren Gliedmaßen
  - 3.1.2. Myologie der unteren Gliedmaßen
  - 3.1.3. Biomechanik der unteren Gliedmaßen
  - 3.1.4. Bewährte Verfahren
- 3.2. Häufige Pathologien, die mit Pilates behandelt werden können
  - 3.2.1. Pathologien des Wachstums
  - 3.2.2. Sportpathologien
  - 3.2.3. Andere Art von Pathologien
  - 3.2.4. Schlussfolgerungen
- 3.3. Übungen auf der Matte, an Geräten und mit Hilfsmitteln. Allgemeines Protokoll
  - 3.3.1. Dissoziationsübungen
  - 3.3.2. Mobilisierungsübungen
  - 3.3.3. Kräftigungsübungen
  - 3.3.4. Funktionelle Übungen
- 3.4. Pathologie der Hüfte
  - 3.4.1. Pathologie der Gelenke
  - 3.4.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 3.4.3. Chirurgische Pathologie Prothese
  - 3.4.4. Hüftübungen

- 3.5. Pathologie des Knies
  - 3.5.1. Pathologie der Gelenke
  - 3.5.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 3.5.3. Chirurgische Pathologie Prothese
  - 3.5.4. Knieübungen
- 3.6. Pathologie des Knöchels
  - 3.6.1. Pathologie der Gelenke
  - 3.6.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 3.6.3. Chirurgische Pathologie
  - 3.6.4. Knöchelübungen
- 3.7. Pathologie des Fußes
  - 3.7.1. Pathologie der Faszien und Gelenke
  - 3.7.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
  - 3.7.3. Chirurgische Pathologie
  - 3.7.4. Fussübungen
- 3.8. Nerveneinklemmungen in den unteren Gliedmaßen
  - 3.8.1. Plexus brachialis
  - 3.8.2. Periphere Nerven
  - 3.8.3. Art der Pathologie
  - 3.8.4. Übungen für Nerveneinklemmungen in den unteren Gliedmaßen
- 3.9. Analyse der anterolateralen Muskelkette der unteren Gliedmaßen
  - 3.9.1. Was ist die anterolaterale Muskelkette und wie wichtig ist sie für den Patienten
  - 3.9.2. Wichtige Aspekte bei der Bewertung
  - 3.9.3. Beziehung dieser Muskelkette zu der beschriebenen Pathologie
  - 3.9.4. Übungen für die anterolaterale Muskelkette
- 3.10. Analyse der posterolateralen Muskelkette der unteren Gliedmaßen
  - 3.10.1. Was ist die posteromediale Muskelkette und wie wichtig ist sie für den Patienten
  - 3.10.2. Wichtige Aspekte bei der Bewertung
  - 3.10.3. Beziehung des Komplexes zu der beschriebenen Pathologie
  - 3.10.4. Übungen zur Behandlung der posteromedialen Muskelkette

## Modul 4. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates

- 4.1. Nervensystem
  - 4.1.1. Zentrales Nervensystem
  - 4.1.2. Peripheres Nervensystem
  - 4.1.3. Kurzbeschreibung der neuronalen Bahnen
  - 4.1.4. Positive Auswirkungen von Pilates auf die neurologische Pathologie
- 4.2. Neurologische Beurteilung mit Fokus auf Pilates
  - 4.2.1. Anamnese
  - 4.2.2. Bewertung von Stärke und Tonus
  - 4.2.3. Bewertung der Sensibilität
  - 4.2.4. Tests und Skalen
- 4.3. Die häufigsten neurologischen Pathologien und wissenschaftliche Erkenntnisse über Pilates
  - 4.3.1. Kurze Beschreibung der Pathologien
  - 4.3.2. Grundprinzipien von Pilates in der neurologischen Pathologie
  - 4.3.3. Anpassung von Pilates-Stellungen
  - 4.3.4. Anpassung von Pilates-Übungen
- 4.4. Multiple Sklerose
  - 4.4.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.4.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.4.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 4.4.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 4.5. Schlaganfall
  - 4.5.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.5.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.5.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 4.5.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 4.6. Parkinson
  - 4.6.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.6.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.6.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 4.6.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln



- 4.7. Zerebrale Lähmung
  - 4.7.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.7.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.7.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 4.7.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 4.8. Senioren
  - 4.8.1. Pathologien im Zusammenhang mit dem Alter
  - 4.8.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.8.3. Geeignete Übungen
  - 4.8.4. Kontraindizierte Übungen
- 4.9. Osteoporose
  - 4.9.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.9.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 4.9.3. Geeignete Übungen
  - 4.9.4. Kontraindizierte Übungen
- 4.10. Probleme des Beckenbodens: Harninkontinenz
  - 4.10.1. Beschreibung der Pathologie
  - 4.10.2. Inzidenz und Prävalenz
  - 4.10.3. Geeignete Übungen
  - 4.10.4. Kontraindizierte Übungen



*Nutzen Sie die Vorteile des 100%igen Online-Modus, der es Ihnen ermöglicht, rund um die Uhr und an dem Ort Ihrer Wahl auf dieses Programm zuzugreifen"*

# 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. Die Physiotherapeuten/Kinesiologen 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 realen Bedingungen in der beruflichen Praxis der Physiotherapie 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. Physiotherapeuten/Kinesiologen, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen, die die Bewertung realer Situationen und die Anwendung von Wissen beinhalten.
2. Das Lernen basiert auf praktischen Fertigkeiten, die es den Physiotherapeuten/Kinesiologen 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.



*Der Physiotherapeut/Kinesiologe lernt durch reale Fälle und die Bewältigung 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 65.000 Physiotherapeuten/Kinesiologen mit beispiellosem Erfolg in allen klinischen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen 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 unseres 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 das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm 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.



#### Physiotherapeutische Techniken und Verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten physiotherapeutischen/kinesiologischen Techniken und 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 sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



#### 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.

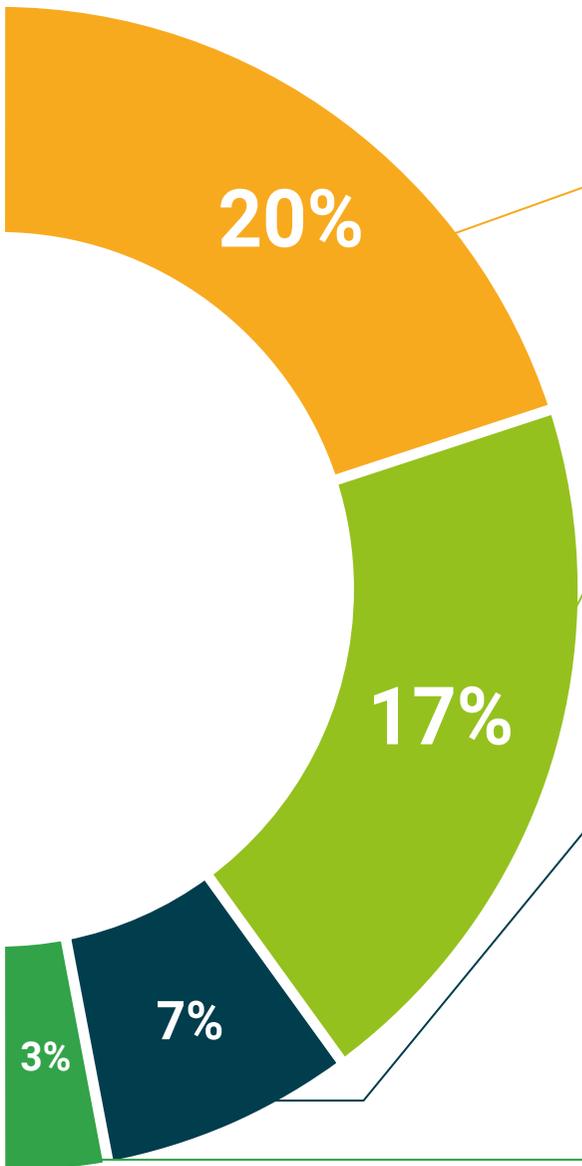
Dieses einzigartige System für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### 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.





#### Von Experten entwickelte und geleitete Fallstudien

Effektives Lernen muss notwendigerweise kontextabhängig sein. Aus diesem Grund stellt TECH die Entwicklung von realen Fällen vor, in denen der Experte den Studenten durch die Entwicklung der Aufmerksamkeit und die Lösung verschiedener Situationen führt: ein klarer und direkter Weg, um den höchsten Grad an Verständnis zu erreichen.



#### Testing & Retesting

Die Kenntnisse des Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass der Student überprüfen kann, wie er seine Ziele erreicht.



#### Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt. Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



#### Kurzanleitungen zum Vorgehen

TECH bietet die wichtigsten Inhalte des Kurses in Form von Arbeitsblättern oder Kurzanleitungen an. Ein synthetischer, praktischer und effektiver Weg, um dem Studenten zu helfen, in seinem Lernen voranzukommen.



06

# Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Pilates-Methode am Boden garantiert neben der präziseiten 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 **Universitätsexperte in Pilates-Methode am Boden** 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 Technologischen 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: Universitätsexperte in Pilates-Methode am Boden**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **600 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.

zukunft

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

**tech** technologische  
universität

**Universitätsexperte**  
Pilates-Methode am Boden

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Universitätsexperte

Pilates-Methode am Boden

