

Universitätsexperte

Anatomie und Physiologie
in der Yoga-Therapie





Universitätsexperte Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie

- » Modalität: **Online**
- » Dauer: **6 Monate**
- » Qualifizierung: **TECH Technische Universität**
- » Aufwand: **16 Std./Woche**
- » Zeitplan: **in Ihrem eigenen Tempo**
- » Prüfungen: **Online**

Internetzugang: www.techtute.com/physiotherapie/spezialisierung/spezialisierung-anatomie-physiologie-yoga-therapie

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

Yoga-Therapie wird zunehmend zur Behandlung körperlicher und seelischer Beschwerden eingesetzt. Dadurch hat es an Bedeutung gewonnen und sich als ergänzende Alternative bei der Behandlung von Krankheiten wie Depressionen, Angstzuständen, chronischen Schmerzen und Stress positioniert. In diesem Zusammenhang ist es unerlässlich, dass Physiotherapeuten über fundierte Kenntnisse der Anatomie und Physiologie des Körpers verfügen, wenn sie die verschiedenen Körperhaltungen und Atemtechniken anwenden. Zu diesem Zweck hat TECH ein akademisches Programm entwickelt, das eine umfassende Perspektive auf die physischen und biologischen Aspekte bietet, die bei der Aktivierung des Körpers während der therapeutischen Yogasitzungen eine Rolle spielen. All dies wird durch ein sehr effektives Konglomerat von Informationen, angereichert durch audiovisuelle Mittel, ergänzende Lektüre und praktische Übungen, vermittelt.





“

Ein Abschluss, der den Anforderungen und Bedürfnissen des heutigen Arbeitsmarktes entspricht. Warten Sie nicht länger und schreiben Sie sich jetzt ein“

Heutzutage integrieren immer mehr Menschen Yoga regelmäßig in ihre therapeutische Praxis und sehen darin einen größeren Nutzen als in konventionellen medizinischen Behandlungen oder im Missbrauch von Medikamenten. Daher ist es für Physiotherapeuten unerlässlich, die neuesten Erkenntnisse dieser Disziplin zu kennen, um sie in die tägliche Praxis zu integrieren, den Bedürfnissen der Patienten gerecht zu werden und ihren Gesundheitszustand zu verbessern.

Vor diesem Hintergrund hat TECH ein akademisches Programm für interessierte Fachleute entwickelt, um ihre Kenntnisse in Bereichen wie Anatomie und Physiologie für die sichere Ausübung von Yoga-Therapie zu aktualisieren. Es handelt sich um einen Universitätskurs, der sich aus 3 akademischen Modulen zusammensetzt, die aktuelle und präzise Informationen auf diesem Gebiet zusammenfassen.

In den nächsten 6 Monaten finden Fachkräfte die gefragtesten und wichtigsten Kenntnisse im Bereich Yoga. All dies wird durch audiovisuelle Ressourcen, ergänzende Lektüre und praktische Übungen vermittelt, die mit der Lernmethode des *Relearning* entwickelt wurden.

Da es sich um ein 100%iges Online-Programm handelt, benötigen die Studenten nur ein internetfähiges Gerät, so dass sie ihr Lernpensum so organisieren können, dass sie zu den Zeiten studieren können, die ihnen am besten passen, ohne die persönlichen Aspekte ihres Lebens unterbrechen zu müssen. Dies erleichtert nicht nur das Lernen, sondern erspart auch zeitraubende Fahrten zu Präsenzzentren.

Zu den renommierten Dozenten, die den Lehrplan für diesen Studiengang entwickelt haben, gesellt sich eine renommierte internationale Gastdozentin. Sie wird den Studenten mehrere *Masterclasses* im audiovisuellen Format anbieten, in denen sie ihr Wissen weitergibt, das sie sich im Laufe ihrer langen beruflichen Laufbahn angeeignet hat.

Dieser **Universitätsexperte in Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt. Die hervorstechendsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten für Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie vorgestellt werden
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Praktische Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens genutzt 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 Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



Verpassen Sie nicht die Gelegenheit, sich auf dem Gebiet der Yoga-Therapie zu spezialisieren, was eine Steigerung Ihrer Arbeitsproduktivität garantiert"

“

Ein Programm, das Sie auf dem neuesten Stand der Yoga-Therapie und ihrer Auswirkungen auf die Anatomie hält“

Zu den Dozenten des Programms gehören Experten aus der Branche, die ihre Erfahrungen in diese Fortbildung einbringen, sowie anerkannte Spezialisten aus 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 gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

TECH bietet Ihnen einen virtuellen Campus mit den besten Lehrmaterialien, auf die Sie jederzeit und von überall aus zugreifen können.

Bleiben Sie auf dem Laufenden mit den neuesten Updates zu Myofasziale Bahnen und spezifische Körperhaltungen.



02 Ziele

Dieser Universitätsexperte zielt darauf ab, dem Physiotherapeuten ein vertieftes Studium fortgeschrittener Konzepte zur Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers und seiner Grenzen während der Yoga-Sitzungen zu vermitteln. Die Studenten sollen in die Lage versetzt werden, Therapiesitzungen zu konzipieren, die auf die Bedürfnisse und Eigenschaften jedes einzelnen Patienten abgestimmt sind. Das Hauptziel besteht darin, den Studenten eine Vielzahl von Werkzeugen an die Hand zu geben, die es ihnen ermöglichen, einen umfassenden Überblick über die Disziplin und ihren Nutzen im Kontext der Physiotherapie zu erhalten.



“

Ein Programm, das Ihnen eine Vielzahl von Fällen präsentiert, die auf wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen“



Allgemeine Ziele

- Aneignen der Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die korrekte Entwicklung und Anwendung von Yogatherapietechniken aus klinischer Sicht erforderlich sind
- Erstellen eines Yoga-Programms, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert
- Vertiefen der Asanas, die sich am besten für die Charakteristika der Person und die vorliegenden Verletzungen eignen
- Vertiefen in die Grundlagen der Biomechanik und deren Anwendung auf therapeutische Yoga Asanas
- Beschreiben der Anpassung der Yoga Asanas an die Krankheiten jeder Person
- Vertiefen des Studiums der neurophysiologischen Grundlagen bestehender Meditations- und Entspannungstechniken



Sie können den Inhalt dieses Programms auf das Gerät Ihrer Wahl herunterladen und so oft wie nötig wiederholen"





Spezifische Ziele

Modul 1. Struktur des Bewegungsapparates

- ♦ Eintauchen in die Anatomie und Physiologie des Skelett-, Muskel- und Gelenksystems des menschlichen Körpers
- ♦ Erkennen der verschiedenen Strukturen und Funktionen des Bewegungsapparates und wie sie miteinander zusammenhängen
- ♦ Erkunden der verschiedenen Haltungen und Bewegungen des menschlichen Körpers und verstehen, wie sie die Struktur des Bewegungsapparats beeinflussen
- ♦ Lernen über häufige Verletzungen des Bewegungsapparats kennen und Wissen darüber, wie man sie verhindern kann

Modul 2. Neurophysiologische Grundlagen von Entspannung und Meditation

- ♦ Eintauchen in die Geschichte und das Konzept der Faszien und ihre Bedeutung für die Yogapraxis
- ♦ Erforschen der verschiedenen Arten von Mechanorezeptoren in den Faszien und deren Anwendung in verschiedenen Yogastilen
- ♦ Aufzeigen der Notwendigkeit, den Begriff Faszien im Yoga-Unterricht anzuwenden, um eine effektivere und bewusstere Praxis zu ermöglichen
- ♦ Erkunden des Ursprungs und der Entwicklung des Begriffs Tensegrity und seiner Anwendung in der Yogapraxis
- ♦ Identifizieren der verschiedenen myofaszialen Bahnen und die spezifischen Haltungen für jede der Ketten
- ♦ Anwenden der Biomechanik der Faszien in der Yogapraxis, um Mobilität, Kraft und Flexibilität zu verbessern
- ♦ Identifizieren der wichtigsten posturalen Ungleichgewichte und deren Korrektur durch Yoga-Praxis und Biomechanik

Modul 3. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- ♦ Erforschen der unterschiedlichen Bedürfnisse des Körpers und der Yogapraxis in verschiedenen Lebensabschnitten, wie Kindheit, Erwachsenenalter und Alter
- ♦ Erforschen, wie die Yogapraxis Frauen während des Menstruationszyklus und der Menopause helfen kann und wie man die Praxis an ihre Bedürfnisse anpassen kann
- ♦ Eingehen auf die Pflege und Praxis von Yoga während der Schwangerschaft und nach der Geburt und wie man die Praxis an die Bedürfnisse der Frauen in dieser Zeit anpassen kann
- ♦ Identifizieren der Angemessenheit der Yogapraxis für Menschen mit besonderen körperlichen und/oder sensorischen Bedürfnissen und wie Sie die Praxis an deren Bedürfnisse anpassen können
- ♦ Erfahren, wie spezifische Yogasequenzen für jede Entwicklungsstufe und jedes individuelle Bedürfnis erstellt werden können
- ♦ Identifizieren und Anwenden der bewährten Praktiken, um die Sicherheit und das Wohlbefinden während der Yogapraxis in verschiedenen Entwicklungsphasen und besonderen Situationen zu gewährleisten

03

Kursleitung

TECH hat die Dozenten für dieses Programm sorgfältig ausgewählt, um eine qualitativ hochwertige Weiterbildung zu gewährleisten und den Studenten erstklassige Bildungsressourcen zur Verfügung zu stellen. Die Studenten werden die Möglichkeit haben, von führenden Experten auf diesem Gebiet zu lernen, die ein umfassendes Update über die physikalischen und biologischen Aspekte der Physiologie des Körpers während der Yoga-Therapien geben werden.



“

TECH hat die führenden Experten auf diesem Gebiet zusammengebracht, um Sie mit den neuesten Informationen zu versorgen"

Internationale Gastdirektorin

Als **Direktorin für Ausbilder** und **Leiterin der Fortbildung** am Integral Yoga Institute in New York ist Dianne Galliano international eine der wichtigsten Persönlichkeiten in diesem Bereich. Ihr akademischer Schwerpunkt lag vor allem auf **therapeutischem Yoga**, mit mehr als 6.000 dokumentierten Stunden Unterricht und Fortbildung.

Zu ihren Aufgaben gehören Mentoring, die **Entwicklung von Fortbildungsprotokollen und -kriterien** sowie die Weiterbildung von Ausbildern des Integral Yoga Institute. Sie kombiniert diese Arbeit mit ihrer Rolle als Therapeutin und Ausbilderin in anderen Einrichtungen wie dem The 14TH Street Y, dem Integral Yoga Institute Wellness Spa und Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ihre Arbeit erstreckt sich auch auf die Erstellung und Leitung von Yogaprogrammen, die Entwicklung von Übungen und die Beurteilung von Herausforderungen, die auftreten können. Im Laufe ihrer Karriere hat sie mit vielen verschiedenen Personengruppen gearbeitet, darunter Männer und Frauen älteren und mittleren Alters, Menschen vor und nach der Geburt, junge Erwachsene und sogar Kriegsveteranen mit einer Reihe von körperlichen und geistigen Gesundheitsproblemen.

Für jeden von ihnen leistet sie eine sorgfältige und individuelle Arbeit. Sie hat Menschen mit Osteoporose, nach einer Herzoperation oder nach Brustkrebs, Schwindel, Rückenschmerzen, Reizdarmsyndrom und Fettleibigkeit behandelt. Auch besitzt sie mehrere Zertifizierungen, darunter E-RYT 500 von Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) von American Health Training und Certified Exercise Instructor vom Somatic Movement Centre.



Fr. Galliano, Dianne

- Direktorin der Ausbilder am Integral Yoga Institute - New York, USA
- Ausbilderin für Yoga-Therapie im The 14TH Street Y
- Yogatherapeutin im Integral Yoga Institute Wellness Spa in New York City
- Therapeutische Ausbilderin bei Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Hochschulabschluss in Grundschulpädagogik an der State University of New York
- Masterstudiengang in Yoga-Therapie an der Universität von Maryland

“

Dank TECH werden Sie mit den besten Fachleuten der Welt studieren können"

Leitung



Fr. Escalona García, Zoraida

- ♦ Vizepräsidentin der spanischen Vereinigung für Yoga-Therapie
- ♦ Gründerin der *Air Core* Methode (Kurse, die TRX und funktionelles Training mit Yoga kombinieren)
- ♦ Ausbilderin in Yogatherapie
- ♦ Hochschulabschluss in Biowissenschaften von der Autonomen Universität von Madrid
- ♦ Kurs in Lehrkraft für: Progressives Ashtanga Yoga, FisiomYoga, Myofasziales Yoga, Yoga und Krebs
- ♦ Kurs in Ausbildung zur Floor-Pilates-Lehrkraft
- ♦ Kurs in Phytotherapie und Ernährung
- ♦ Kurs in Meditationslehrkraft

Professoren

Hr. Losada, Óscar

- ♦ Vinyasa Yoga und Power Yoga-Lehrer und Osteopath im Zentrum El árbol de la vida
- ♦ Vinyasa Yoga- und Power Yoga-Lehrer am Europäischen Institut für Yoga (IEY), Sevilla
- ♦ Yin Yoga-Lehrer im IEY in Barcelona
- ♦ Vinyasa Yoga- und Power Yoga-Lehrer im Gimnasio Fitness , Madrid
- ♦ Osteopath und Sportmasseur bei Gimnasio Fitness , Madrid
- ♦ Spezialist für Rocket Yoga bei IEY Huelva
- ♦ Spezialist für Therapeutisches Yoga, Yin Yoga und Faszien bei IEY Huelva
- ♦ Spezialist für Yoga für Kinder bei IEY Alicante
- ♦ Struktureller Osteopath II von Kabat
- ♦ Sportmassage und Chiromassage von Orthos
- ♦ Direktor des Europäischen Yoga Instituts

Fr. García, Mar

- ♦ Direktorin und Ausbilderin des Yoga-Zentrums Satnam
- ♦ Yoga-Ausbilderin für Vinyasa Yoga
- ♦ Yoga-Lehrerin für spezielles Yoga
- ♦ Yoga-Lehrerin für Kinder- und Familienyoga



04

Struktur und Inhalt

Das Lehrmaterial, das zum akademischen Programm dieser Weiterbildung gehört, wurde von führenden Spezialisten der Yoga-Therapie entwickelt. Der Lehrplan umfasst 3 Module, die sich mit der Struktur des Bewegungsapparates, dem Faszien-System und der Praxis des Yoga in den verschiedenen Phasen des menschlichen Lebens befassen. Die Studenten erwerben außerdem Fähigkeiten, die sie in die Lage versetzen, komplette Sitzungen durchzuführen und dabei je nach den Bedürfnissen und Fähigkeiten des jeweiligen Patienten geeignete Haltungen auszuwählen.



“

*Hier finden Sie die innovativsten
audiovisuellen Ressourcen auf
dem akademischen Markt"*

Modul 1. Struktur des Bewegungsapparates

- 1.1. Anatomische Lage, Achsen und Ebenen
 - 1.1.1. Grundlegende Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers
 - 1.1.2. Anatomische Position
 - 1.1.3. Körperachsen
 - 1.1.4. Anatomische Ebenen
- 1.2. Knochen
 - 1.2.1. Knochenanatomie des menschlichen Körpers
 - 1.2.2. Struktur und Funktion der Knochen
 - 1.2.3. Verschiedene Knochentypen und ihre Beziehung zu Körperhaltung und Bewegung
 - 1.2.4. Die Beziehung zwischen dem Skelettsystem und dem Muskelsystem
- 1.3. Gelenke
 - 1.3.1. Anatomie und Physiologie der Gelenke des menschlichen Körpers
 - 1.3.2. Verschiedene Arten von Gelenken
 - 1.3.3. Die Rolle der Gelenke bei Körperhaltung und Bewegung
 - 1.3.4. Die häufigsten Gelenkverletzungen und wie man sie vermeidet
- 1.4. Knorpel
 - 1.4.1. Anatomie und Physiologie des Knorpels im menschlichen Körper
 - 1.4.2. Verschiedene Arten von Knorpel und ihre Funktion im Körper
 - 1.4.3. Die Rolle des Knorpels in den Gelenken und der Mobilität
 - 1.4.4. Die häufigsten Knorpelverletzungen und ihre Vorbeugung
- 1.5. Sehnen und Bänder
 - 1.5.1. Anatomie und Physiologie der Sehnen und Bänder des menschlichen Körpers
 - 1.5.2. Verschiedene Arten von Sehnen und Bändern und ihre Funktion im Körper
 - 1.5.3. Die Rolle der Sehnen und Bänder bei Haltung und Bewegung
 - 1.5.4. Die häufigsten Verletzungen von Sehnen und Bändern und wie man ihnen vorbeugen kann
- 1.6. Skelettmuskel
 - 1.6.1. Anatomie und Physiologie des Muskel-Skelett-Systems des menschlichen Körpers
 - 1.6.2. Die Beziehung zwischen Muskeln und Knochen bei Körperhaltung und Bewegung
 - 1.6.3. Die Rolle der Faszien im muskuloskelettalen System und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.6.4. Die häufigsten Muskelverletzungen und wie man sie vermeidet



- 1.7. Entwicklung des Muskel-Skelett-Systems
 - 1.7.1. Embryonale und fötale Entwicklung des Bewegungsapparats
 - 1.7.2. Wachstum und Entwicklung des Bewegungsapparats im Kindes- und Jugendalter
 - 1.7.3. Muskuloskelettale Veränderungen im Zusammenhang mit der Alterung
 - 1.7.4. Entwicklung und Anpassung des muskuloskelettalen Systems an körperliche Aktivität und Training
- 1.8. Bestandteile des Muskel-Skelett-Systems
 - 1.8.1. Anatomie und Physiologie der Skelettmuskulatur und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.8.2. Die Rolle der Knochen im muskuloskelettalen System und ihre Beziehung zu Haltung und Bewegung
 - 1.8.3. Die Rolle der Gelenke im Bewegungsapparat und wie man sie während der Praxis der Yoga-Therapie pflegt
 - 1.8.4. Die Rolle der Faszien und anderer Bindegewebe im Bewegungsapparat und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
- 1.9. Nervliche Steuerung der Skelettmuskulatur
 - 1.9.1. Anatomie und Physiologie des Nervensystems und seine Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.9.2. Die Rolle des Nervensystems bei der Muskelkontraktion und der Bewegungskontrolle
 - 1.9.3. Die Beziehung zwischen dem Nervensystem und dem Bewegungsapparat bei Haltung und Bewegung während der Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.9.4. Die Bedeutung der neuromuskulären Kontrolle für die Prävention von Verletzungen und die Leistungssteigerung in der Praxis der Yoga-Therapie
- 1.10. Kontraktion der Muskeln
 - 1.10.1. Anatomie und Physiologie der Muskelkontraktion und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.10.2. Die verschiedenen Arten der Muskelkontraktion und ihre Anwendung in der Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.10.3. Die Rolle der neuromuskulären Aktivierung bei der Muskelkontraktion und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
 - 1.10.4. Die Bedeutung von Dehnung und Muskelkräftigung für die Prävention von Verletzungen und die Leistungssteigerung in der Praxis der Yoga-Therapie

Modul 2. Neurophysiologische Grundlagen von Entspannung und Meditation

- 2.1. Neurophysiologie der Hirnaktivität
 - 2.1.1. Was ist Neurophysiologie?
 - 2.1.2. Gehirnwellen
 - 2.1.3. Verstärkung von Yoga in der menschlichen Neurophysiologie
 - 2.1.4. Schlussfolgerungen
- 2.2. Westliche Entspannungstechniken (Mezieres, Vittoz, Benson, Jacobson, Schultz)
 - 2.2.1. Einführung
 - 2.2.2. Manifestationen der Entspannung
 - 2.2.3. Die am häufigsten verwendeten westlichen Entspannungstechniken
 - 2.2.3.1. Progressive Entspannung
 - 2.2.3.2. Psychosensorische Entspannung
 - 2.2.3.3. Techniken zur Visualisierung
- 2.3. Die am häufigsten verwendeten orientalischen Entspannungstechniken. (Transzendente Meditation, Maharishi Mahesh Yogi, Paramahansa Yogananda, Osho)
 - 2.3.1. Maharishi Mahesh Yogi's Transzendente Meditation (TM)
 - 2.3.2. Paramahansa Yogananda
 - 2.3.3. Osho
- 2.4. Atemkontrolle, Pranayamas, Bandhas
 - 2.4.1. Atmung, Pranayama und Bandhas
 - 2.4.1.1. Bandhas
 - 2.4.2. Arbeit mit der Atmung
- 2.5. Prana, Nadis, Kundalini und Mudras
 - 2.5.1. Einführung
 - 2.5.2. Prana
 - 2.5.3. Arten von Prana
 - 2.5.5. Nadis
 - 2.5.6. Kundalini
 - 2.5.7. Mudras
 - 2.5.7.1. Gyan mudra
 - 2.5.7.2. Shuni mudra
 - 2.5.7.3. Surya mudra
 - 2.5.7.4. Buddhi mudra

- 2.5.7.5. "Ausdehnung der Planeten"
- 2.5.7.6. Mudra des Christus
- 2.5.7.7. Schloss der Venus
- 2.5.7.8. Bärenschloss
- 2.5.7.9. Mudra des Gebets
- 2.5.7.10. Buddha Mudra
- 2.5.7.11. Mudra des Bettlers
- 2.5.7.12. Andere Mudras
- 2.6. Energie und die fünf Elemente
 - 2.6.1. Was ist Energie?
 - 2.6.1.1. Energie in lebenden Dingen
 - 2.6.1.2. Das Verhalten der Energie im gesamten Kosmos oder Universum
 - 2.6.1.3. Der Bing-Bang: der Ursprung des Kosmos
 - 2.6.2. Yin und Yang: das duale Verhalten der Energie
 - 2.6.2.1. Merkmale von Yin und Yang
 - 2.6.2.2. Grundlegende Prinzipien der Yin-Yang-Theorie
 - 2.6.3. Ein vollständiger Zyklus in fünf Phasen: die fünf Elemente
 - 2.6.3.1. Entstehung und Entwicklung der Erde, ihre Phasen und Beziehung zu den fünf Elementen
 - 2.6.4. Die fünf Elemente, das Verhalten und die Beziehung zwischen ihnen: das „Gesetz der Erzeugung“ und das „Gesetz der Kontrolle“
 - 2.6.4.1. Gesetz der Generation
 - 2.6.4.2. Gesetz der Dominanz oder Kontrolle
- 2.7. Synchronität Chakren - Asana - Pranayama Bandha: Energiekreislauf
 - 2.7.1. Einführung
 - 2.7.2. Synchronisation durch Yoga
 - 2.7.3. Beispiel für die praktische Anwendung von Yoga-Synchronität
 - 2.7.4. Variablen, die die energetische Ebene beeinflussen. Stationen
 - 2.7.5. Stationen und Prinzipien des Ayurveda
 - 2.7.6. Variablen, die die drei Ebenen beeinflussen
 - 2.7.7. Licht und Energie

Modul 3. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- 3.1. Kindheit
 - 3.1.1. Warum ist das wichtig?
 - 3.1.2. Vorteile
 - 3.1.3. Wie sieht eine Klasse aus?
 - 3.1.4. Beispiel für einen angepassten Sonnengruß
- 3.2. Frauen und der Menstruationszyklus
 - 3.2.1. Menstruationsphase
 - 3.2.2. Follikuläre Phase
 - 3.2.3. Ovulatorische Phase
 - 3.2.4. Lutealphase
- 3.3. Yoga und der Menstruationszyklus
 - 3.3.1. Ablauf der Follikelphase
 - 3.3.2. Ablauf der ovulatorischen Phase
 - 3.3.3. Ablauf der Lutealphase
 - 3.3.4. Abfolge während der Menstruation
- 3.4. Menopause
 - 3.4.1. Allgemeine Überlegungen
 - 3.4.2. Körperliche und hormonelle Veränderungen
 - 3.4.3. Vorteile der Praxis
 - 3.4.4. Empfohlene Asanas
- 3.5. Schwangerschaft
 - 3.5.1. Warum man es tun sollte
 - 3.5.2. Asanas im ersten Trimester
 - 3.5.3. Asanas im zweiten Trimester
 - 3.5.4. Asanas im dritten Trimester
- 3.6. Postpartum
 - 3.6.1. Körperliche Vorteile
 - 3.6.2. Geistige Leistungen
 - 3.6.3. Allgemeine Empfehlungen
 - 3.6.4. Übung mit dem Baby



- 3.7. Das Alter
 - 3.7.1. Die wichtigsten Pathologien, denen wir begegnen werden
 - 3.7.2. Vorteile
 - 3.7.3. Allgemeine Überlegungen
 - 3.7.4. Kontraindikationen
- 3.8. Körperliche Behinderung
 - 3.8.1. Hirnschädigung
 - 3.8.2. Schädigung des Rückenmarks
 - 3.8.3. Schäden an den Muskeln
 - 3.8.4. Wie man eine Klasse gestaltet
- 3.9. Sinnesbehinderung
 - 3.9.1. Gehör
 - 3.9.2. Visuell
 - 3.9.3. Sinnesorgane
 - 3.9.4. Wie man eine Sequenz entwirft
- 3.10. Allgemeine Überlegungen zu den häufigsten Behinderungen, denen wir begegnen werden
 - 3.10.1. Down-Syndrom
 - 3.10.2. Autismus
 - 3.10.3. Zerebrale Lähmung
 - 3.10.4. Intellektuelle Entwicklungsstörung

“ *Er befasst sich mit dem Begriff Tensegrity und wie die Anwendung dieser Technik dazu beiträgt, die Mobilität und Flexibilität von Personen zu verbessern*”

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.





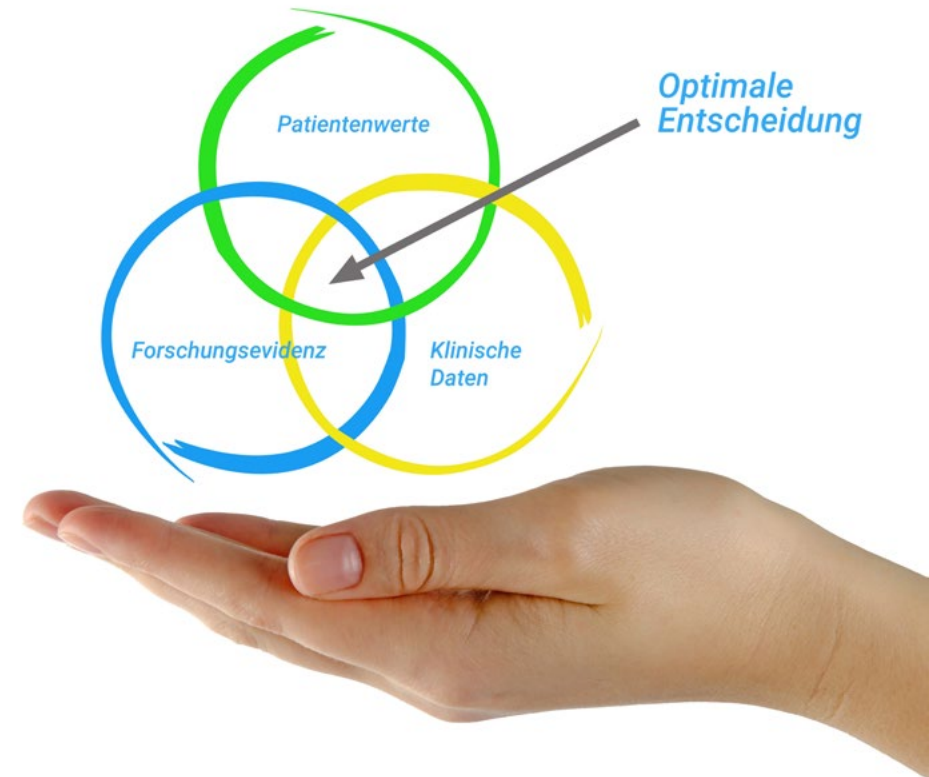
“

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 Fachkräfte 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 Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie garantiert neben der strengsten und aktuellsten Ausbildung 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 Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie** 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 Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **450 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 institut
virtuelles Klassenzimmer

tech technologische
universität

Universitätsexperte
Anatomie und Physiologie
in der Yoga-Therapie

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

Universitätsexperte

Anatomie und Physiologie
in der Yoga-Therapie