



Tag 1

Uhrzeit	Dauer	Art	Thema
10:30 - 11:00	30'	Theorie	Kennenlernen, Abfrage von Vorkenntnissen und Erwartungen, Vorstellung der Agenda
11:00 - 12:30	90'	Theorie	Grundlagen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herkunft &amp; Geschichte</li> <li>• Materialkunde</li> <li>• Handling</li> <li>• Einsatzbereiche</li> <li>• Wirkung</li> </ul>
12:30 - 13:15	45'	Pause	-
13:15 - 13:30	15'	Theorie	Anatomie <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminologie</li> <li>• Knochen des Menschen</li> <li>• Muskeln des Menschen</li> </ul>
13:30 - 15:30	120'	Praxis	Grundtechniken I <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muskeltechnik</li> <li>• Ligamenttechnik</li> </ul>
15:30 - 15:45	15'	Pause	-
15:45 - 17:15	90'	Praxis	Grundtechniken II <ul style="list-style-type: none"> <li>• En Bloc Technik</li> <li>• Faszientechnik</li> <li>• Korrekturtechnik</li> <li>• Lymphtechnik</li> <li>• Neuraltechnik</li> </ul>
17:15 - 17:30	15'	Theorie	Tagesabschluss <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klärung offener Fragen</li> </ul>



Tag 2

Uhrzeit	Dauer	Art	Thema
10:30 - 11:00	30'	Theorie	Begrüßung, kurze Wiederholung vom Vortag, Vorstellung der Agenda
11:00 - 12:30	90'	Praxis	Kombinationstechniken I <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhizarthrose</li> <li>• Epicondylitis lateralis</li> <li>• Bicepssehnenreizung</li> <li>• Impingement</li> <li>• Nackenschmerzen</li> <li>• Lumbago</li> </ul>
12:30 - 13:15	45'	Pause	-
13:15 - 14:45	90'	Praxis	Kombinationstechniken II <ul style="list-style-type: none"> <li>• Shin Splint</li> <li>• Achillodynie</li> <li>• Muskelfaserriss (Wade)</li> <li>• Senkspreizplattfuß</li> <li>• Fersensporn</li> <li>• Hallux valgus</li> </ul>
14:45 - 15:00	15'	Pause	-
15:00 - 15:45	45'	Praxis	Anlagen bei spezifischen Pathologien <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retropatellarer Knieschmerz / Gonarthrose</li> <li>• Karpaltunnelsyndrom</li> <li>• Schleudertrauma</li> <li>• Bursitis trochanterica</li> <li>• Narben</li> </ul>
15:45 - 16:00	15'	Theorie	Anamnese und Befundung
16:00 - 17:15	75'	Praxis	Herleitung individueller Anlagen
17:15 - 17:30	15'	Theorie	Tagesabschluss <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückblick auf die Eingangserwartungen</li> <li>• Online-Feedback</li> <li>• Zertifikatsverleihung</li> <li>• Gemeinsamer Abschluss</li> </ul>