

# „Neuroathletik in der Sportphysiotherapie – Ein neurobiomechanischer Ansatz zur Optimierung des Return to Activity Prozesses nach Verletzungen“

## Zielgruppe:

- Sportphysiotherapie
- Sportosteopathie
- Athletiktraining
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Osteopathie
- Sporttherapie

## Ziele des Neurozentrierten Trainings in der Therapie

- Integration der Neuroathletik (Neurozentriertes Training) in Therapie und Behandlung von Verletzungen
- Optimierung und Beschleunigung des RTA-Prozesses
- Verbesserung von Beweglichkeit, Kraft und Schnelligkeit in der Reha
- Ausgleich neurologischer Dysbalancen als wichtige Voraussetzung eines erfolgreichen RTA-Prozesses
- Verringerung der Gefahr einer erneuten Verletzung

## Inhalte:

- Neurophysiologische und neurofunktionelle Grundlagen
- Die bewegungssteuernden Systeme und deren Hierarchie
- Grundlagen der Bewegungssteuerung
- Neurozentrierte Tools zur Beschleunigung der Heilung
- Schnellerer Einstieg in die Trainingstherapie
- Integration des Nervensystems in der Trainingstherapie
- Neurologische Reflexe und deren Bedeutung für Bewegung, Kraft und Verletzungsgefahr
- Testung und Training der Bewegungssteuerung aus neuronaler Perspektive
- Testung und Stimulation des visuellen, vestibulären und propriozeptiven Systems
- Ein ganzheitlicher Ansatz bestehend aus Neurologie und Biomechanik

## Seminarleitung:

### **Jannik Schuster:**

- M.Sc. Sportwissenschaft
- Dozent und Ausbilder
- Experte für Neurozentriertes Training und Neuroathletik