

# Starke Schulter im Leistungssport Praxisworkshop

## Auszubildender Personenkreis / Teilnahme / Voraussetzungen / Anrechenbarkeiten

Zur Teilnahme am Lehrgang sind zugelassen:

- Staatl. gepr. Physiotherapeuten/-innen
- Physiotherapeuten/-innen mit Studienabschluss
- Sportwissenschaftler/-innen mit Studienabschluss
- Ärzte/innen
- Zertifizierte Trainer/-innen

Grundlegende Kenntnisse in der Anatomie und Physiologie werden vorausgesetzt. Außerhalb dieser Qualifikation entscheidet der Einzelfall. Bitte setze Dich dann mit der spt-education in Verbindung.

## Zeitliche Zuordnung

freie Zeiteinteilung (einstündiges Onlinevideo)

1. Tag: von 9:00 Uhr bis 17:30 Uhr

## Pausenzeiten

Nach 90 Minuten Unterricht je 15-20 Minuten Pause.

Mittagspause 60 Minuten.

## Lehrmodell und Methoden

Der Unterricht erfolgt in Form einer Schulung in Präsenz mit vorbereitenden Online Videos (on demand)

## Termine

Die aktuellen Termine findet Ihr immer auf unserer Homepage.

## Lehrgangsinhalte und Ziele der Weiterbildung

Zwischen „eigentlich wieder fit“ und wettkampfbereit liegen Welten. Genau hier setzt unser Workshop an.

Gregor Thiele und Timm Hortig nehmen euch mit in die entscheidende Endphase der Schulter-Reha – dort, wo Physiotherapie auf Athletiktraining trifft und wo Return to Sport keine Floskel ist, sondern ein Prozess. Ihr bekommt Einblicke aus physiotherapeutischer und sportwissenschaftlicher Perspektive und lernt, wie ihr die Schulter eurer Sportler:innen wirklich robust und leistungsfähig macht.

### Inhalte Praxisworkshop Schulter

- Die häufigsten Schulterverletzungen im Leistungssport und deren Pathobiomechanik (vorab per Online-Video)
- die funktionelle Biomechanik der Schulter – mit Fokus auf Wurfbewegungen und kritische Belastungsmomente
- Individualisierte, sportartspezifische Screenings und Monitoringkonzepte
- Trainingsmethoden der Late Stage Reha, u.a. Maximalkraft, Rate of Force Development und „Skill-Development“
- Reale Fallbeispiele aus dem Leistungssport – inklusive der ehrlichen „Lessons Learned“ aus dem Praxisalltag

## Nutzen

Du bekommst einen klaren Fahrplan für die Late Stage Reha der Schulter – evidence-informed, praxiserprobt und direkt anwendbar. Vom Screening über Trainingsmethoden bis hin zur sportartspezifischen Rückführung.

Nach der Fortbildung kannst du...

- die Funktionsweise der Schulter unter sportlicher Hochbelastung – bei Würfeln, Schlägen und Überkopfbewegungen richtig einschätzen
- die Trainingsmethoden, die es braucht, damit die Schulter so robust und belastbar wie möglich wird korrekt planen und einsetzen
- die „isolierte“ und „integrierte“ Betrachtungsweise der Schulter – und die Funktionsweise der kinetischen Kette erkennen und in deine Arbeit einbeziehen
- individuelle Screeningverfahren zusammenstellen, die dir direkt weiterhelfen
- die Realität zwischen Theorie und Praxis im täglichen „Physio Alltags-Wahnsinn“ einschätzen – ungefiltert und ehrlich

Erwerb von 10 Fortbildungspunkten

## Verantwortliche Leitung des Lehrgangs

- Hortig, Timm (Physiotherapeut / Sportphysiotherapeut)
- Thiele, Gregor (MA Sportwissenschaftler)

incl. Arbeitsmaterialien (ohne Anreise, Verpflegung, Übernachtung: Siehe Homepage)  
Für Lehrgänge in Magglingen (CH) gelten abweichende Preise: Siehe Homepage  
Absolventen des Lehrgangs Sportphysiotherapie der spt-education erhalten 10% Rabatt.

## **Zertifikat**

Die Teilnahmebestätigung von spt-education bescheinigt Inhalte und Dauer dieser Fort- und Weiterbildung.

Eine Prüfung findet nicht statt.