

Tag 1

09.00-10.30

- Begrüßung
- Allgemeine Gelenkslehre: Die Form folgt der Funktion
- Gelenksmechanik, Kaltenborn
- Diagnostik der Extremitäten Gelenke: Gelenksspiel, Endgefühl
- Grundlagen der Therapeutischen Techniken: Traktion - Lösen - Straffen - Dehnen

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Anatomie der Fingergelenke: ein Überblick
- Fingergelenke: Traktion, Dorsovolares translatorisches Gleiten, Radioulnare Gleitbewegungen, Seitneigungsfedern, Rotation, Lateraler Neigungsschub

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Techniken an PIP und DIP + Wiederholung Vormittag Daumensattelgelenk: Mobilisation & Manipulation

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- Diagnostik und Technik - Metakarpalköpfchen: Mobilisation, Zeltstocktechnik
- Diagnostik Handgelenk

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Technik Handwurzel:
- Reise um Lunatum, Mobilisation zwischen Trapezium und Scaphoid, Mobilisation zwischen Radius und Skaphoid

Tag 2

09.00-10.30

- Therapie der Finger und Daumengelenke: Wiederholung und praktisches Üben.
- Technik Handwurzel:
- Mediokarpalgelenk - Volarmobilisation der distalen Handwurzelreihe Manipulative Deblockierung, Mobilisierender Unarschub

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Technik Handwurzel:
- Radiokarpalgelenk - Dorsale Gleitmobilisierung, Manipulative Dorsalisierung, Mobilisierender
- Radialschub
- Skaphoid - Dorsoventrale Mobilisation, Dorsalmanipulation

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Technik : Mobilisation distales Radioulnargelenk
- Diagnostik Ellenbogengelenke (Art. humeroulnaris, Art.humeroradialis, Art. Radioulnaris)

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- SIG-Technik/Diagnostik: praktisches Üben & Wiederholung der Techniken in Bauchlage
- Tangentiale homonyme und heteronyme Techniken

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Wiederholung ISG

Tag 3

09.00-10.30

- Diagnostik Ellenbogengelenk: Wiederholung und praktisches Üben
- Technik Ellenbogen:
- Proximales Radioulnargelenk - Ventralmobilisierung, Ventralmanipulation, Dorsalmobilisation, Weichteiltechniken - Seitneigungsfedern, Seitneigungsmanipulation.
- Humero-radialgelenk - Traktionsmobilisation

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Technik Ellenbogengelenk:
- Humero-ulnargelenk - Traktionsmobilisation Ellenbogen - Radioulnare Gleitmobilisation Diagnostik Schulter und Schulternebenengelenke

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Wiederholung Therapie Ellenbogen
- Skapulothorakale Gleitebene, subakromialer Gleitweg:
- Mobilisation der Skapula, Mobilisation des subacromialen Gleitweges

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- SIG- Technik/Diagnostik: praktisches Üben ventralisierende Techniken

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Diagnostik LWS

Tag 4

09.00-10.30

- Diagnostik & Technik Schulter und Schulternebgelenke: Wiederholung & praktisches Üben
- Diagnostik Akromioclaviculargelenk und Sternoclaviculargelenk
- Technik ACG:
 - Innenrotatierende Mobilisation der Klavikula, Außenrotierende Mobilisation der Klavikula, Traktionsmobilisation und dorsoventrale Mobilisation
- Technik SCG: Ventrokaudal gerichtete Mobilisation, Innenrotierende Mobilisation mit kaudalisierender Komponente, Kranialisierende Mobilisation, Dorsokaudalisierende
- Mobilisation

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Technik Schultergelenk:
- Dehnung der Schultergelenkshöhle nach lateral, Dorsalisierende und ventralisierende Gleitmobilisation, Dorsokaudale und dorsolaterale Gleitmobilisation, Abduktionsmobilisation aus der Seitenlage (Schulterkaffeemühle), Postisometrische Traktion
- Abduktionsmobilisation aus der Rückenlage (Narkosemobilisation)

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Diagnostik + Technik Schultergelenk: Wiederholung und praktisches üben
- Therapie der LWS
- Diagnostik der BWS

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- BWS- Technik: praktisches Üben & Wiederholung
- Ventralisierender Hand-Kreuzgriff

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Unspezifische Hang-Traktionen an der BWS

Tag 5

09.00-10.30

- Anatomie des Fußes
- Diagnostik + Technik der Zehengelenke und Fußwurzel
- Zehengelenke - Traktion, Dorsoplantares und Tibiofibulares Gleiten, Rotationsgleiten, Seitneigungsfedern
- Mittelfußköpfchen - Zeltstocktechnik

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Technik Mittelfuß:
- Bauchlage:
- Dorsalmobilisierung Metatarsalköpfchen II und III
- Dorsalschub an Basen der Metatarsalia II-IV
- Dorsalschub am Os naviculare und Os cuboideum

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Technik Mittelfuß:
- Rückenlage:
- Dorsoplantare Gleitmobilisation an Basis des Os metatarsale V Dorsoplantare Gleitmobilisation im Tarsometatarsale | mit der sog. Wringtechnik Rückenlage: Plantarschub an Basen der Ossa metatarsalia im Lisfranc-Gelenk Dorsalschub am Chopart-Gelenk Plantarschub am Chopart-Gelenk

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- Oberes Sprunggelenk:
- Rückenlage: Traktionsmobilisation, Traktionsmanipulation, Dorsoventrale Gleitmobilisation
- Tibiofibulargelenk dist. et prox.
- Ventralisierender und Dorsalisierender Mobilisationsschub am Malleolus fibularis, Dorsoventrale Mobilisierung am Fibulaköpfchen in Rückenlage Dorsal- und Ventralmanipulation des Fibulaköpfchens in Seitenlage

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Wiederholung Diagnostik und Therapie der Rippengelenke und der 1. Rippe
- Neurophysiologische Grundlagen (Wiederholung der Zeichenstunde an praktischen Beispielen)

Tag 6

09.00-10.30

- Wiederholung Fußwurzel, oberes und unteres Sprunggelenk
- Diagnostik Knie
- Patella: Mobilisation, Distalmanipulation
- Knie: Traktionsmobilisation, Ventralgleiten unter leichter Traktion in der Seitenlage, Ventralgleiten unter leichter Traktion (Paddelboottechnik)

10.30-10.45 Pause

10.45-12.15

- Dorsoventrales Gleiten im Liegen, Dorsoventrales Gleiten bei gebeugtem Knie unter Traktion, Mediolaterale Gleitmobilisation im Liegen, Mediolaterale Gleitmobilisierung bei gebeugtem Knie, Seitneigungsfedern

12.15-13.00 Mittagspause

13.00-14.30

- Ventralgleiten des Tibiakopfes mit Aufklappen des medialen bzw. lateralen Gelenkspaltes und Rotationsimpuls
- Wiederholung der Diagnostik an der HWS
- Wiederholung der K1-Technik

14.30-14.45 Pause

14.45-16.15

- Wiederholung der Therapie des Kniegelenkes
- Wiederholung Frederick, Therapie an der HWS aus dem Ellenbogenhang, modifizierten Ellenbogenhang, Schwitzkastentechnik
- Diagnostik der Hüfte

16.15-16.30 Pause

16.30-18.00

- Hüfte:
- Vibrationstraktion, Traktionsmobilisation am gebeugten Hüftgelenk, Lateralmobilisation, Ventralverschiebung über Trochanter maior
- Abschlussbesprechung
- Klärung von allfälligen Fragen