

Sporttaping mit klassischem und kinesiologischem Tape

Heutzutage leistet Taping einen wesentlichen Beitrag im modernen Sport- und Therapiebereich. Unelastische und elastische Verbände sind eine Versorgungsmethode für Prophylaxe, Therapie von Verletzungen, Krankheiten und Veränderungen am Bewegungsapparat.

Dieses Seminar vermittelt Kenntnisse um mit der Kunst des Tapens, Heilungsprozesse zu unterstützen, Schmerzen zu lindern und sowohl muskuläre Dysbalancen als auch Instabilitäten zu beheben. Sie erlernen die Grundlagen des Tapens und üben in Praxiseinheiten die wichtigsten Tapeverbände zur Entlastung und Stabilisation der Gelenke der oberen und unteren Extremität mit klassischem Tape.

Darüber hinaus beinhaltet dieses Seminar die kinesiologische Tapetechniken zur Unterstützung des Muskel-, Kapsel- und Bandapparates, des myofaszialen Systems, sowie des Lymphsystems. Die im Seminar vermittelten Inhalte erweitern Ihr Behandlungsspektrum sowohl in der Therapie als auch in der Prävention und sind sofort in der Praxis umsetzbar.

Zielgruppen:	Staatlich geprüfte Gymnastiklehrer, Fitnesstrainer und Berufe mit medizinischer Ausrichtung
Fachrichtung Kategorie:	Sport, Fitness, Training

Inhalte in Theorie und Praxis

Klassisches Taping

- Grundlagen des Tapens
- Materialkunde
- Indikationen und Kontraindikationen
- Anwendungsgebiete
- Praktisches Erlernen und Üben der Tapeanlagen

Elastisches Taping

- Geschichte des „Kinesio-Tapens“
- Grundlagen und Wirkungsprinzipien des elastischen Tapens
- Indikationen und Kontraindikationen
- Basistechniken (Muskeltechnik, Lymphtechnik, Korrekturtechnik, Ligamenttechnik)
- Crosstape
- Praktisches Erlernen und Üben der Tapeanlagen

Lernziel

- Kennenlernen der unterschiedlichen Materialien (Unterzug, klassisches und elastisches Tape, Polstermaterial etc.)
- Grundregeln der Tapetechniken
- Praktisches indikationsbezogenes Erlernen der wichtigsten klassischen Tapeverbände: OSG, Plantarfaszie, Achillessehne, Handgelenk, Ellenbogengelenk, Daumen etc.
- Praktisches indikationsbezogenes Erlernen der Basistechniken des „Kinesio-Tapens“
- Praktische Anwendung der „Kinesio-Tape“

Kursgebühr: 8 Unterrichtseinheiten für 130 € | DGymB-Mitglieder 110 € | Schüler 80 €
Wann & wo: 24.11.19 9.30-16.00 Uhr | KNS | Am Moosfeld 3 | 81829 München