

Der ulnokarpale Komplex

Handtherapie aus holistischer Sicht

Datum: 06./07. März 2021, Samstag/Sonntag

Zeiten: 1. Tag: 9:00 bis 17:00 Uhr
2. Tag: 9:00 bis 16:00 Uhr

Kursleitung: Sandra Leu, Ergotherapeutin FH, CAS Ergonomie, Dozentin der Spiraldynamik® (SVEB zertifiziert), DAS Ausbilderin in Organisationen.

Kosten: 500 Fr.

Kursinhalt: Der ulnokarpale Komplex, auch triangulärer fibrocartilaginärer Komplex genannt (kurz: TFCC), spielt nicht nur bei der Flächenadaptation des Handgelenks eine wichtige Rolle, sondern auch bei Druck-, Kraft- und Bewegungsübertragung von der Hand auf den Unterarm und bis zum Ellenbogen. Der Clou dabei ist: dieses System funktioniert nur aufgespannt und im Zusammenhang mit dem Kleinfinger effizient!

In diesem Kurs wird der Fokus auf die funktionell komplexen und anatomisch zusammenhängenden Strukturen des ulnokarpalen Komplexes gerichtet. Gleichzeitig werden die Folgen von Ausweich- und Fehlbewegungen analysiert. Über blickdiagnostische Kriterien werden letztere aufgedeckt.

Im Weiteren wird die Ausrichtung der myofaszialen Strukturen, das Zentrieren des Handgelenks sowie die Koordination und Kraft der Hand, resp. des Handgelenks geschult.

Kursziel: Sie erhalten grundlegende Kenntnisse über die Anatomie des Handgelenks sowie über die Entstehung von TFCC-Problematiken. Daneben erfahren Sie, wie Sie mit therapeutischen Massnahmen auf Fehlhaltungen oder Fehlbelastungen reagieren können. Ausserdem erhalten Sie Ideen für praktische, koordinative Übungen, um ulnokarpalen Problematiken entgegenwirken zu können.

Methodik: Der Kurs besteht aus Wissensvermittlung, Eigenwahrnehmung, Mobilisationstechniken und Koordinationsschulung. Der Unterricht gestaltet sich vorwiegend interaktiv und praktisch. Die Anatomie wird anschaulich und erlebbar vermittelt.

Kursadresse: Ergo RhyPark GmbH, Rheinweg 4, 8200 Schaffhausen

Teilnehmerzahl: Mindestens 8, Maximum 14 Teilnehmer/innen

Anmeldung an: kurse@ergo-rhyPark.ch, Betreff: TFCC