



Fortbildungszentrum für medizinische Berufe  
und Verein für Gesundheitsvorsorge

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18  
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141  
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im Feber 2020

Detailprogramm LG-Nr.: 20147

## **VibroVita® - Aktiv-Seminar: Vibrationsanwendungen in der Neurorehabilitation**

**Unterrichtszeiten:** Freitag, 25. September 2020 von 9.00 - 17.00 Uhr



In diesem Seminar wird ein Überblick über die Anwendungen von Vibrationen (mechanischen Schwingungsreizen) in Theorie und Praxis geschaffen. Von der geschichtlichen Entwicklung reichen die Themen über die ersten wissenschaftlichen Erkenntnisse bis hin zu aktuellen Forschungen und unterschiedlichen Formen von Vibrationsanwendungen mit unterschiedlichen Geräten und deren Effekte im menschlichen Organismus. Schwerpunkt bilden die neuronalen Verarbeitungsprozesse, die Wirkung im Nervensystem und neuro-zentrierte Anwendungen in Training und Therapie. Als konkrete praktische und sehr einfache Anwendungsmöglichkeit wird das Vibrationstraining mit Schwingringen näher vorgestellt, welches in jeder Alters- und Zielgruppe Anwendung findet und zahlreiche Übungsmöglichkeiten sowohl im Einzeltraining als auch in der Gruppe bietet. Die Kombinationsmöglichkeiten, die universelle Einsetzbarkeit an nahezu jedem Ort und die einzigartige Kombination von Aktivierung und Vibration begeistern sowohl Anwender als auch Trainer und Therapeuten.

### **Inhalte:**

- Geschichte und Entwicklung von Vibrationsanwendungen in Training und Therapie
- Unterschiedliche Arten von mechanischen Schwingungsreizen
- Ganzkörper- und Teilkörpervibrationen (whole-body and focal/partial vibration)
- Vibrationen und ihre Wirkung aus neurowissenschaftlicher, orthopädischer und sportwissenschaftlicher Sicht
- Unterschiedliche Frequenzbereiche und ihre Wirkung anhand wissenschaftlicher Studien
- Überblick über Möglichkeiten diverser Vibrationsanwendungen (Vibrationsball, -platte, Schwingringe, etc...)
- Nervensystem und Motorik
- Rezeptoren, Reizweiterleitung, Verarbeitung im Gehirn, motorischer Output
- Sensomotorisches System und Reizübertragung
- Vibration und Bewegung und ihre Wirkung im Nervensystem und Gehirn
- Einführung in das Vibrationstraining mit Schwingringen
- Praxisteil: Basic Übungen
- Praktische Anwendungen mit verschiedenen Schwerpunkten (Mobilisierung, Kräftigung, Koordination, Gleichgewicht, Wahrnehmungsförderung, Lymphaktivierung, Gehtraining, Entspannung, ...)
- Fortgeschrittenen Übungen mit Schwingringen

LG-Nr.: 20147

Änderungen vorbehalten !!!



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe  
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18  
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141  
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

- Entspannungsanwendungen mit Schwingringen
- Empfehlungen und Erfahrungen in unterschiedlichen Bereichen (Sport, Aufbautraining, Unterstützung in Therapie und Rehabilitation besonders im neuro-degenerativen und orthopädischen Formenkreis, etc.)
- Individuelle Interessensgebiete der Teilnehmer

**Zielgruppen:**

Bewegungs- Fitnesstrainer, Übungsleiter, Therapeuten, Pädagogen, Logopäden, Pflege- und Betreuungspersonal, Entspannungstrainer, Shiatsu-Praktiker, Masseur und alle am Einsatz von Bewegung und Vibrationen interessierten Personen aus dem Aktivierungs-, Trainings- und Entspannungsbereich

**Referentin:** Mag. Gerda **Delaunay**, Pädagogin (AHS-Lehrerin), Dipl. Shiatsu-Praktikerin, Klangmassage-Praktikerin, Kinesiologin, Osteokinetik, Expertin für Vibrationstraining mit Schwingringen, selbständig in eigener Praxis. Derzeit Doktorandin an der University School of Physical Education Breslau an der Fakultät für Neurowissenschaften. Lehrbeauftragte an der Altenbetreuungsschule des Landes Oberösterreich, Dozentin und Referentin an unterschiedlichen Fortbildungsinstituten in Europa

**Mitzubringen:** Bequeme sportliche Bekleidung, Turnschuhe, Schreibuntensilien, Handtuch