



Übungsleiterausbildung **„Orthopädische Knieschule“**

Lehrgang XVI/2011

Freitag, 30.03.2012

**Ort: BG Unfallklinik Tübingen - Schule für Physiotherapie
Schnarrenbergstr. 95**

Theorie (Hörsaal PT-Schule) / Praxis (Unterrichtsraum)

09.00 – 09.15 Uhr	Begrüßung Dr. Joachim Merk, Lehrgangsleiter
09.15 – 10.30 Uhr	Das Kniegelenk- Grundlagen zur Anatomie und Funktion Kniearthrose- Klinische und funktionelle Veränderungen Dr. Joachim Merk
10.30 - 11.00 Uhr	Kaffeepause
11.00 – 11.45 Uhr	Physiotherapie/ physikalische Therapie bei Kniearthrose und nach Knieendoprothese Dr. Joachim Merk
11.45 – 12.30 Uhr	Knieschule: Mattentraining / niedere Ausgangspositionen Dr. Joachim Merk

Mittagspause

(12.30 Uhr – 13.30 Uhr)

Theorie (Hörsaal PT-Schule)/ Praxis (Sporthalle, Unterrichtsräume)

13.30 – 13.45 Uhr	Begrüßung der restlichen Teilnehmer Dr. Joachim Merk, Lehrgangsleiter
13.45 – 14.45 Uhr	Methodische Grundlagen der Sporttherapie mit Kniepatienten Dr. Joachim Merk
14.45 – 15.00 Uhr	Pause
15.00 – 16.00 Uhr	Defizite und Möglichkeiten Dr. Johannes Boeer
16.00 – 17.00 Uhr und	Knieschule: Koordination (Gleichgewichtsfähigkeit) Christof Ziegler
17.00 – 18.00 Uhr	Knieschule: Beweglichkeit/Mobilisation Dr. Joachim Merk
18.00 – 19.00 Uhr	Hospitation in einer Kniesportgruppe mit Patienten
19.00 – 19.30 Uhr	Reflexion der Kniesportstunde, ADL-Tipps für Patienten Dr. Joachim Merk

Samstag 31.03.2012

Ort: **BG Unfallklinik, Schnarrenbergstr. 95, 72076 Tübingen
Schule für Physiotherapie (Hörsaal)**

9.00 – 10.00 Uhr **Praxisrelevante Grundlagen der Trainingslehre**

Dr. Joachim Merk

10.00 – 10.20 Uhr

Kaffeepause

10.20 – 11.40 Uhr

Arthrose-Therapie – konservativ und operativ

Dr. Pia Janssen

11.40 – 12.30 Uhr

Organisation und Finanzierung

Christof Ziegler

Mittagspause

(12.30 Uhr – 13.15 Uhr)

Theorie (Hörsaal PT-Schule)/ Praxis (Sporthalle, Unterrichtsräume)

13.15 – 14.00 Uhr

Knieschule: Kraftausdauer (Sitz auf Hocker, Therapieball)

und

Dr. Joachim Merk

14.00 – 14.45 Uhr

Knieschule: Kraftausdauer (Stand, Treppe)

Christof Ziegler

14.45 – 15.00 Uhr

Pause (Unterrichtsraum 4, PT-Schule)

15.00 – 15.30 Uhr

Gewichtsmanschetten –Training (Sporthalle, PT-Schule)

im Wechsel mit

(Entlastung und Kräftigung) Christof Ziegler

15.30 – 16.00 Uhr

Fahrrad-Ergometertraining (Sporthalle, PT-Schule)

und

(Positionierung und Programmaufbau) Dr. Joachim Merk

16.00 – 17.00 Uhr

Nordic Walking mit Arthrosepatienten (im Freien, um Klinik-
gelände BG Unfallklinik) Frank Schiebel

17.00 – 17.10 Uhr

Pause (Unterrichtsraum 4, PT-Schule)

17.10 – 17.55 Uhr

Kleine Spiele/Spielformen im Kniesport (Sporthalle, PT-
Schule) Dr. Joachim Merk

17.55 - 18.00 Uhr

Feedback und Lizenzvergabe (Hörsaal PT-Schule)

Referenten / Lehrgangsteam

- Dr. sc. hum. Joachim Merk, Diplom-Sportpädagoge / Physiotherapeut
- Christof Ziegler, Diplom-Sportwissenschaftler / Physiotherapeut
- Dr. med. Johannes Boer, Facharzt für Chirurgie und Diplom-Sportwissenschaftler
- Frank Schiebel, Diplom-Sportwissenschaftler
- Dr. med. Pia Janssen, Oberärztin Abt. Sportmedizin, Fachärztin für Orthopädie

Ansprechpartner für Organisation – Abrechnung – Verköstigung:

- Dr. sc. hum. Joachim Merk, Diplom-Sportpädagoge / Physiotherapeut
- Bärbel Merk, Physiotherapeutin