campus³
Therapie Pflege Gesundheit

FASCIAL-COACH – DAS MODERNE COACHING FÜR MENSCHEN MIT BEWEGUNGSSCHMERZEN

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch

www.campus3.ch

campus 3
Therapie Pflege Gesundheit

Kursausschreibung

FASCIAL-COACH – DAS MODERNE COACHING FÜR MENSCHEN MIT BEWEGUNGSSCHMERZEN

EINLEITUNG

Fascial Coaching und Personal Training unterscheiden sich im Fokus der Beratung zu gesundheitsfördernden, körperlichen Bewegungsabläufen. Es wird vorerst weniger Wert auf die Trainingsziele gelegt. Vielmehr geht es um schnelle Schmerzhilfe und langfristig schmerzreduzierende Bewegungsmodelle für den Alltag. Aus der Beratung kann sich gegebenenfalls ein Personal Training ergeben. Wichtig in diesem Bereich ist die intensive Betreuung, die das Coaching Klientel erfährt. Die betreute Person soll sich wohlfühlen und dennoch kritisch ihre körperliche Problematik mit gezielten Tests und Übungen erarbeiten. Als Fascial Coach ist es uns wichtig, in entspannter Atmosphäre viele Informationen zu evaluieren und diese nutzbringend in die Reduzierung von Bewegungsschmerzen umzusetzen. Fascial Coaching kann als körperliches Erziehungsmodell im Gesundheitswesen fungieren und so medizinische Therapien unterstützen.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- können Menschen mit Bewegungsschmerzen zu einem besserem Bewegungsmodell beraten
- verfügen über Hintergrundwissen zum Thema Faszien, Muskulatur, nervale Kommunikation, degenerative Abläufe und Schmerzempfinden
- wissen, wie die faszialen Strukturen schmerzreduzierend bewegt werden können

WICHTIG: Dieser Kurs ersetzt keine Physiotherapie oder diagnostisch med. Verfahren und andere med. Therapien. Es handelt sich um eine aufklärende Erweiterung mit Fokus Bewegungsschmerz, die an individuelle und effektive Lösungsansätze gekoppelt ist.

INHALTE

Fasziale Strukturen im Kontext zum „Bewegungsschmerz“.
Typische Schmerzproblematiken (z.B. Ischias, unspezifische Rücken- und Nackenschmerzen, Blasenschwäche, Arthrose und Gelenkersatz...) verstehen und für die alltäglichen Belastungsanforderungen vorbereiten.

Schmerzresilienz, Bewegungsstrategien zur Selbsthilfe, Kraft und Mobilitätstests, Coaching in der praktischen Anwendung.

Hausarbeit mit Probandinnen oder Probanden aus dem eigenen Umfeld zur Vertiefung des Erlernten.

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Online-Schulung der theoretischen Grundlagen.
- Vor Ort Schulung der Hands-on und Testing sowie Betreuungskonzepte und Coachingstrategie.
- Online-Schulung – Nachbereitung der analogen Schulung im theoretischen Kontext. Hausarbeitsbesprechung mit Testklientin / Testklient.

KURSVORAUSSETZUNGEN

Du hast ein Diplom in Physiotherapie, Ergotherapie o.ä. oder Du bist Trainer:in mit gutem anatomischen Grundverständnis oder besitzt einen Abschluss als Arzt/Ärztin

VORBEREITUNGSAUFTRAG

Fallbeispiele aus dem Alltag sind absolut gewünscht.

Du benötigst:

- Für die Online-Schulung: ein gut funktionierendes WLAN, Schreibmöglichkeiten
- Für die Vor-Ort-Schulung: bequeme Bekleidung (keine Turnschuhe)
    - Wenn örtlich möglich und vorhanden: potenzielle Probanden (Schmerzgeplagte Personen).
- Für die Hausarbeit: Eine Person mit Bedarf eines Coachings aus deinem Umfeld (örtlich).

LEITUNG

Nici Mende

- **A-Lizenzierte Trainerin in mehreren Bereichen des Fitness- und Gesundheitssports**
- TÜV zertifizierte Personal Fitnesstrainerin
- Fachtrainerin für medizinische Prävention und Rehabilitation
- Dipl. Trainerin medizinische Fitness
- Div. Fortbildungen zu Neuroathletik
- Bücher „SCHMERZFREI bewegen“ (Meyer und Meyer) und „Praktische Funktionelle Anatomie“ (Riva).

BEMERKUNGEN

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit emphatischer und offener Motivation, Menschen mit Bewegungsschmerzen zuzuhören und diese analytisch zu beobachten, um ein individuelles Lösungskonzept zu erarbeiten.

Nach erfolgreicher Abgabe und Besprechung der Hausarbeit darf das Fascial-Coach-Konzept ohne weitere Lizenzgebühren angeboten werden.

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
	01.06.2027 02.06.2027 25.06.2027 26.06.2027 28.06.2027 29.06.2027	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	40227	CHF 1560.-