

# **MOTORISCHE KONTROLLE - LOKALE STABILITÄT DER GELENKE NACH PEP: MODUL LWS-BECKEN-HÜFTE**

Campus<sup>3</sup> AG  
Haselstrasse 18  
5400 Baden  
Tel.: +41 (0)56 552 60 00  
E-Mail: [info@campus3.ch](mailto:info@campus3.ch)



## Kursausschreibung

# MOTORISCHE KONTROLLE - LOKALE STABILITÄT DER GELENKE NACH PEP: MODUL LWS-BECKEN-HÜFTE

## EINLEITUNG

Motorische Kontrolle = Bewegungskontrolle = Schmerzkontrolle.

Das bekannte Konzept der lokalen Stabilität der Gelenke ist nach dem neuesten wissenschaftlichen Stand überarbeitet und praktisch umgesetzt.

Die Behandlung beginnt mit der ersten Frage!

Die Patient:innen werden aus der Anamnese in nozizeptiv, neuroplastisch oder noziplastisch eingeordnet. Entsprechend wird die Untersuchung und Behandlung patientenspezifisch, evidenzinformiert und pragmatisch angepasst. Die Vorgehensweise umfasst ein breites Spektrum von Krankheitsbildern.

Modul LWS-Becken Hüfte:

sowohl die Spannbreite von akuten bis chronischen lumbopelvischen und Hüftbeschwerden als auch Komorbiditäten wie Inkontinenz, respirative, gastrointestinale und postpartum Beschwerden werden berücksichtigt.

## ZIELE

Die Teilnehmenden

- können mit dem PEP-System patientenzentriert, evidenzinformiert, praxisorientiert Patient:innen mit muskuloskeletalen Beschwerden schnell und effektiv einordnen und die Therapie patientenspezifisch und praxisingerecht anpassen
- kennen die Prinzipien der motorischen Kontrolle und deren Bedeutung für die Behandlung von Beschwerden der LWS, des Beckens und der Hüfte
- lernen, therapeutische Übungen für das tiefe lokale und das oberflächliche globale System gezielt in die Therapie zu integrieren
- wissen, wie edukative, passive und aktive Massnahmen systematisch kombiniert werden
- erfahren, welche Techniken zur Verbesserung der motorischen Kontrolle eingesetzt werden können
- verstehen die Bedeutung einer individuellen und evidenzinformierten Therapieanpassung
- entwickeln praktische Fähigkeiten zur Umsetzung multimodaler Behandlungskonzepte

## INHALTE

Modul LWS-Becken-Hüfte:

- Einordnung der Patient:innen in nozizeptiv, noziplastisch neuropathisch
- Grundlage der motorischen Kontrolle: segmentaler Schutz, axiale Haltungskontrolle, Körperwahrnehmung und posturale Kontrolle (Gleichgewicht)
- Test und therapeutische Übungen der tiefen Muskeln: M. multifidus, M. transversus abdominis, Beckenboden, Diaphragma, tiefe Mm. Glutäi und tiefer M. Psoas
- Symptommodifikation: patienten-, sport- alltagsspezifische Anwendung der Übungen und der aktive Wiederbefund
- Progression und Eingliederung der Übungen in axiale Haltung, Haltungskontrolle, Gleichgewicht, Gang, Wahrnehmungs- und Kraftausdauertraining
- Demonstration und Einsatz von Biofeedback in den motorischen Lernprozess
- Ultraschall (US), Elektromyographie (EMG), Laser Pointer und Druckmanschette (Stabilizer®)
- Erkennen und progressive Anpassung der aktiven Therapie durch die Phasen der muskuloskelettalen Beschwerden: akut, frühchronisch und chronisch

## METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Theoretische Wissensvermittlung
- Praktische Übungen
- Anwendungsorientierte Fallbesprechung
- Integration nicht-invasiver Techniken

18 Teilnehmende mit einer Lehrperson

## ANGABEN ZUR LEHRPERSON

**Christine Hamilton**

## KURSVORAUSSETZUNGEN

Du hast ein Diplom in Physiotherapie, Osteopathie oder als Arzt/Ärztin, weitere Berufe nach Absprache

## VORBEREITUNGSauftrag

Ein Einführungsvideolink für das jeweiligen Modul wird ca. 1 Woche vor Kursbeginn per E-Mail versendet. Dieser dient als Vorbereitung für den Kurs und ist verpflichtend für die Teilnahme (Vorbereitungsvideo Dauer ca. 2 h).

## LEITUNG

## BEMERKUNGEN

Bei der Entwicklung der Kurse wurde Wert daraufgelegt, dass es nicht zu einer aufbauenden Kursreihe kommt, sondern jeder Kurs in sich thematisch abgeschlossen ist.

Literaturhinweise zu dem Thema findest du unter [www.christine-hamilton.de](http://www.christine-hamilton.de).

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
Haselstrasse 18, 5400 Baden AG im 4. Stock	22.10.2026	09.00 - 17.30 Uhr	81225	CHF 780.-
	23.10.2026	09.00 - 0 Uhr		
	24.10.2026	09.00 - 0 Uhr		