

# GOLF-PHYSIO-COACH CORE BALANCE FREE-RELEASE-Methode®

DIESE WEITERBILDUNG FINDET IM RAHMEN DER GOLF-MEDICAL-COACH WEITERBILDUNG ZUSAMMEN MIT ÄRZTEN STATT.

## ZIELGRUPPE:

Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler, Chiropraktiker, Ergotherapeuten

## ZIEL DER AUSBILDUNG:

Aufbauend und ergänzend zur beruflichen Ausbildung werden die Teilnehmer auf den neuesten wissenschaftlichen Stand der Golfbiomechanik und der golfspezifischen Sportphysiotherapie nach der Free-Release-Methode® gebracht. Sie werden in der Lage sein, Patienten in den spezifischen Bereichen des Golfsports wie Balance, Torsionen, Gesundheitsvorbeugung und physiotherapeutischen Maßnahmen bei Verletzungen fachkompetent zu behandeln.

Sie werden außerdem in die Lage versetzt, Bewegungsfehler zu erkennen und zu korrigieren.

Es werden mit Ihnen Lehrproben trainiert, damit Sie sich in die Arbeit von Golflehrern hineinversetzen können.

Sie sollen Schwungabläufe verstehen und erfühlen, damit Sie Ihrem Patienten therapeutisch dieses Verständnis weiter geben können. Es werden mit Ihnen ganzheitliche und teilmethodeische Lehrwege aufgezeigt, mit denen Sie in der Praxis mit Hilfsmitteln gezielt therapeutisch trainieren können.

Die Teilnehmer sollen den Patienten beraten können, wie erhebliche Belastungen in den Gelenken, Bändern und Sehnen abgebaut werden können.

Die Teilnehmer werden physiotherapeutisch und technisch in dieser rehabilitativen schmerzreduzierenden Methode geschult, eingeführt und trainiert.

Sie werden mit der neuesten Messtechnik vertraut gemacht, um in der Praxis die unterschiedlichen Belastungen aufzeigen zu können.

Die Teilnehmer werden geschult, mit Golfern eine wiederholbare „Praxisstunde“ zu gestalten. (8-10 Einheiten)

## INHALTE DES FORTBILDUNGSKURSES

### Theorie Tag 1: (ca. 2 Std.)

- Theoretische Einführung in therapeutische und biomechanische Zusammenhänge der Golfschwungmotorik
- Vorstellung von Forschungsergebnissen
- Aufzeigen von therapeutischen Lösungswegen
- Aufzeigen von physiologischen Unterschieden anderer Lehrmethoden

### Theorie Tag 2: (ca. 2 Std.)

- Ausarbeiten von golfspezifischen therapeutischen "Praxisstunden"
- Aufzeigen und therapeutisches Arbeiten mit Golfern in der „Praxis“, B-Trainer, B-Check
- Definieren und Darstellen von entlastenden Bewegungsmustern in Schwung-Balance
- Gleichgewichtsphase vom Rückschwung bis zum Impact (Balance1)
- Torsionen im Rückschwung und Durchschwung
- Torsionsreduktion oder -vermeidung im Rück- und Durchschwung
- Warum ist das Ausstellen des Zielfußes physiologisch nicht zielführend?
- Welche Belastungen treten auf bei der Ben Hogan Methode:
  - beim Hobby-Golfer
  - beim Tourspieler
- Belastungsreduktionen bei der FREE-RELEASE-Methode®

### Praxis Programm Tag 1 und Tag 2:

- Einführung in die FREE-RELEASE-Methode®
- Einführung in die belastungsableitende Hardware des FREE-RELEASE Golfschuhs, mit der mitdrehenden Sohle
- Aufzeigen von Torsionsentlastungen bei chronischen Rückenschmerzen und motorischen Übungen zur Belastungsreduktion
- Aufzeigen von Torsionsentlastungen bei: Hüftproblemen, Knieproblemen, Sprunggelenkerkrankungen, einem künstlichen Hüftgelenk, künstlichen Kniegelenken, Osteoporose, Multiplesklerose
- Aufzeigen von Torsionsentlastungen nach: z.B. einem Oberschenkelbruch, Bandscheibenvorfällen, Achillessehnenrissen, Kreuzbandrissen, Meniskusschäden
- Bewegungs- und Fehlersehen
- Bewusstseinsschulung für motorische Abläufe
- Intensivieren der Lernfortschritte mit den 5 Easy Upgrades
- Therapeutisches Arbeiten mit dem Balance Check
- Therapeutisches Arbeiten mit dem Balance Trainer, einer motorischen Übungshilfe zur aktiven Beinarbeit
- Üben von Lehrproben zur Prüfungsvorbereitung
- Arbeiten mit dem therapeutischen FREE-RELEASE Ritual
- Fehlerbehandlung, Kopf, Rückschwungarm, Rückschwungtempo, Hüftschieben
- Therapeutische teilmethodeische Übungen zur Balance und zur aktiven Beinarbeit
- Ausarbeiten von Trainingsanleitungen mit dem Balance Trainer
- Gesundheitsplus für Leistungsgolfer - kurz-, mittel-, langfristig

### Praxis + Theorie Tag 3:

- Prüfungsfragen zum Kurs
- Musterlehrprobe therapeutische "Praxisstunde"
- Musterlehrprobe therapeutischer Einsatz des Balance Checks
- Musterlehrprobe therapeutischer Einsatz Balance, Torsionen
- Musterlehrprobe therapeutischer Einsatz mit dem Balance Trainer
- Musterlehrprobe therapeutischer Einsatz Fehlersehen und Korrektur
- (Max. 2 Lehrproben je Prüfling)



Kurs Golf-Physio-Coach

## REFERENTEN / AUSBILDER TEAM:

### Auszug aus unserem Ausbilder-Team:

Dr. med. Hans Joachim Rist, Frank Drollinger (#1 Biomechanics),  
Dr. med. Hans-Christoph Bosch, Prof. Dr. Ansgar Thiel,  
Dr. med. Hans-Joachim Patzak, Dr. med. Dietmar Göbel,  
Dr. med. dent. Rolf Hönes, Cristina Hacker Ernährungsberatung,  
Dr. med. Wolf Nickel, Thomas Klingenberg Dipl.-Sportwissenschaftler,  
Ulrich Mößlang zert. Sport-Optiker, Magnus Häggbom (Physiotherapeut),  
Dr. med. dent. Thomas Rosner, Cory McKim (PGA USA),  
Benjamin Abrams (PGA USA), u. a.

Die jeweiligen Referenten und Ausbilder werden Ihnen vor Kursbeginn mir dem Anschreiben „Kursinformationen“ mitgeteilt.

### MITZUBRINGEN SIND:

normale Sportschuhe, golfgerechte Kleidung, falls vorhanden eigene Golfschuhe und eigene Golfausrüstung

### WANN UND WO?

Der 3-Tageskurs findet in der Regel 3-4 mal pro Jahr statt.

**Die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Homepage für Kurse ([www.golf-biomechanic-academy.com](http://www.golf-biomechanic-academy.com)) beim jeweiligen Kurs unter der Rubrik Termine** oder auf dem aktuellen Anmeldefax.

**Veranstaltungsort Inland** (falls nicht anders angegeben):

**GOLF-BIOMECHANIC-ACADEMY** by Frank Drollinger nach der FREE-RELEASE-Methode®  
Pforzheim, Stuttgart oder München  
oder je nach dem jeweiligen Veranstaltungstermin

### KURSBEGINN:

9:30 Uhr, Kursende gegen 17:00 Uhr

### LEISTUNGEN:

Referenten, Übungseinrichtung, Seminarräume, FR-Leihschuhe, Seminarunterlagen, Prüfungsgebühr, Urkunde „GOLF-PHYSIO-COACH“, Teilnahmebestätigung, Verpflegung ist in den Seminargebühren nicht enthalten, Range-Bälle & Driving-Range-Gebühren werden extra abgerechnet und richten sich nach den jeweiligen Gebühren des Veranstaltungsortes,

### WER KANN TEILNEHMEN:

Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler, Ergotherapeuten, Chiropraktiker, Arzthelfer, Assistenzärzte

### URKUNDEN/TEILNAHMEBESCHEINIGUNG:

Urkunde zum GOLF-PHYSIO-COACH Golf & Gesundheit und Teilnahmebestätigung

## TITEL:

GOLF-PHYSIO-COACH nach der FREE-RELEASE-Methode

## FORTBILDUNGS GEBÜHREN:

1.995,00 € für den 3-Tageskurs (inkl. MwSt.)



(Praxisschild zzgl. 50,00 €)

### Auf Bestellung (optional):

biomechanisches gesundes Custom Club Schlägerfitting nach der FREE-RELEASE-Methode“ inkl. Ausarbeitung Datenblatt: Fittinggebühr: **195,- €** (Terminanmeldung erforderlich)

### HOTEL:

Hotелеmpfehlungen für die unterschiedlichen Veranstaltungsorte werden regelmäßig durch unsere Kundenerfahrungen aktualisiert. Diese finden Sie bei den jeweiligen Kursen auf unserer Homepage. Als Ergänzung erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail eine Liste der aktuellen Hotel-Tipps.

### ANMELDUNG:

Bitte anmelden per Anmeldeformular ②

Bei Fragen können Sie uns gerne kontaktieren unter:

sekretariat@free-release.com oder telefonisch unter: +49 (0) 7235 - 980 300



Kurs Golf-Physio-Coach

## FÖRDERMÖGLICHKEITEN:

### IWIN

Förderung kleiner und mittelständischer Unternehmen in Niedersachsen.

> Informationen unter <http://www.iwin-niedersachsen.de/>

### Bildungsschecks aus NRW

werden von uns akzeptiert. Bitte achten Sie auf den vorgeschriebenen Ablauf! Die Bildungsschecks bringen Sie bitte am 1. Kurstag mit.

> Information unter <http://www.bildungsscheck.nrw.de/>

### Bildungsprämie:

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert.

> Information unter <http://www.bildungspraemie.info/>

### Qualifizierungsscheck Hessen

> Information unter <http://www.qualifizierungsschecks.de/>

Begabtenförderung

> Information

