



## Vibrationstraining Lehrgangsmodul G

Das Weiterbildungsmodul G ist die zweite Stufe der Gesamtausbildung zum Vibrationstraining Instruktor/ Vibrationstraining Therapeuten SVVIT Stufe 1. Es werden die biomechanische Wirkung des Vibrationstraining auf das Bindegewebe sowie das Zentrale Nervensystem und die daraus abgeleiteten Anwendungen vermittelt. Das Schwergewicht der Ausbildung liegt im Transfer der wissenschaftlichen Erkenntnisse in die Praxis. Entsprechend wird mindestens 50% des Unterrichts auf die praktische Umsetzung der Vibrationen zur Bindegewebs-, Koordinations- und Beweglichkeitsverbesserung, also auch auf die zielorientierte Trainingsprogramm-Erstellung fokussiert.

### Vermitteltes Wissen

- Erklären können, wie die neurologischen Vorgänge (zeitliche & räumliche Summation, Langzeitpotenzierung und Priming) die Wahrnehmung und das Bewegungslernen (als intermuskuläre Koordination) beeinflussen.
- Verstehen, wie Muskeln über die Kognition und Rezeption, aktiviert werden.
- Die Zusammensetzung und Funktion des Bindegewebes kennen.
- Koordination und Ansteuerung als zentralste aller 5 Fähigkeiten erkennen.
- Beweglichkeit als zweit wichtigste aller 5 Fähigkeiten begreifen.

### Geübte Fertigkeiten

- Das eigene Vibrationsgerät so einstellen können, um das Dehnen, Gleichgewichtstraining, Lernen komplexer Bewegungen und das intramuskuläre Koordinieren positiv und stärker zu beeinflussen.
- Dynamisch feinmotorische Übungen erschweren und erleichtern.
- Mit Hilfe der Impulsdauer, Impulsdichte und Impulsstärke die verschiedenen Bindegewebsarten zielgerichtet beeinflussen.
- Bewegungen anhand der qualitativen Bewegungsmerkmale unterscheiden und bewerten.
- Die Beweglichkeitsziele anhand der geeigneten Methoden beeinflussen.

### Zu erwerbende Kompetenzen

- Den Lernprozess von Bewegungen mit Hilfe des Methodischen Kernkonzeptes optimal fördern.
- Strukturelle und koordinative Schwächen erkennen und mit dem Vibrationstraining Einfluss darauf nehmen.
- Dehnmethoden und -techniken mit Vibrationstraining sinnvoll optimieren.
- Anhand der drei Kernkonzepte (motorisches, pädagogisches und methodisches) ein zielorientiertes Programm gestalten.

### Anerkennung

Mit dem Abschluss des Modul G sind Sie optimal auf die anschliessende Prüfung zum zertifizierten Vibrationstraining Instruktor/ Vibrationstraining Therapeut SVVIT® Stufe 1 vorbereitet.

- Akkreditierung des Moduls von verschiedenen Organisationen siehe [www.wellwave.net](http://www.wellwave.net).
- Akkreditierung der SVVIT Zertifikate siehe [www.svvit.ch](http://www.svvit.ch).

### Voraussetzungen

- Modul A

### Selbststudium

- Festigen des unterrichteten Stoffes
- Posterübungen G am Trainierenden/Patienten erschweren und erleichtern
- Erfahrung sammeln: an sich selber und am Trainierenden/ Patienten Vibrationen zur Koordinations- und Beweglichkeitsverbesserung sowie zur Schmerzreduktion nutzen.

### Leitung

Pascual Brunner, Thomas Siegenthaler und das wellwave.net Team.

### Unterlagen und Attest

Die Teilnehmer bekommen am Kurstag

- einen Arbeitsordner mit den entsprechenden Modulinhalt
- ein Übungsposter auf Stufe G
- ein Attest ihrer Teilnahme

### Dauer

16 Lektionen (2 Tage) + 46 Lektionen empfohlenes Selbststudium (Dauer je nach Vorkenntnis und Erfahrung)

### Prüfung & Zertifikat

Nach Besuch der Weiterbildungsmodulen G kann die halbtägige Prüfung zum zertifizierten Vibrationstraining Instruktor/ Vibrationstraining Therapeut SVVIT® Stufe 1 abgelegt werden.

### Empfohlene Literatur

- „Optimales Training“ von Jürgen Weineck (16. Auflage 2010, Spitta Verlag)
- „Sensomotorisches System Physiologisches Detailwissen für Physiotherapeuten“ von Wolfgang Laube (1. Auflage 2009, Thieme Verlag)

### Ort

FitArt,  
Seestrasse 97 – 99,  
8700 Thalwil

### Kosten & Termine

Verlangen Sie ein Angebot bei unserer Kundenberatung.  
kundenberatung@wellwave.net  
Phone +41 44 787 73 20

