

# KONZEPT

## SPIRALDYNAMIK® LEHRGANG BASIC

---

### 3D ANATOMIE UND BEWEGUNGSKOORDINATION

Das Spiraldynamik® Bewegungskonzept leitet sich von den Gesetzmäßigkeiten der anatomischen Form des menschlichen Bewegungssystems ab. Das Resultat: logisch nachvollziehbare Bewegungsprinzipien, welche die Globalzusammenhänge der Bewegung beschreiben – eine solide Grundlage für Bewegungsanalyse und Bewegungsschulung. Diese Zusammenhänge verstehen und praktisch am eigenen Körper umsetzen bilden den ersten Schritt in der Spiraldynamik® Ausbildung.

## 1 Ziel

Der Lehrgang Basic vermittelt praxis- und anwenderbezogenes Wissen sowie Eigenwahrnehmung zum Thema Gesundheitsförderung und -vorsorge durch anatomisch richtige Bewegung. Gesundheitsförderung umfasst Therapie, Prävention, Training und Alltag. Dieses Ziel ist erreicht, wenn:

- ▶ die anatomisch begründeten Bewegungsprinzipien verstanden werden
- ▶ Bewegung im eigenen Körper dreidimensional wahrgenommen wird
- ▶ Veränderungen von Haltungs- und Bewegungsmustern stattfinden können
- ▶ eine selbständige und kreative Integration der Bewegungsprinzipien in das persönliche und professionelle Leben möglich wird

## 2 Zielgruppen

- ▶ *Medizin, Therapie*  
Medizin, Physio- und Ergotherapie (und andere Körpertherapien auf Anfrage)
- ▶ *Komplementärtherapie*  
Massage, Rolfing, Shiatsu, Watsu, WBA, etc.
- ▶ *Pädagogik und Bewegungstraining*  
Kindergarten, Schule, Gymnastik, Sport, Yoga, Qi Gong, Tai Chi, Feldenkrais, etc.
- ▶ *Kunst und Ausdruck*  
Tanz, Schauspielerei, Gesang, Musik, etc.

## 3 Voraussetzungen

Die Teilnahme an einem Einführungskurs wird nicht vorausgesetzt. Sie bietet jedoch neben einem umfassenden und in sich abgeschlossenen Überblick aber eine gute Unterstützung zur Entscheidung, ob der Lehrgang Basic ein nächster Weiterbildungsschritt sein kann.

Für zielgruppenspezifische Kurse (Basic Med) ist ein Berufsdiplom aus der jeweiligen Sparte Voraussetzung.

Der fachübergreifende Ansatz der Interdisziplinären Kurse (Basic Move) ist für Menschen konzipiert, die sich aus professionellen und persönlichen Gründen intensiv mit Bewegungswahrnehmung und Koordination auseinandersetzen. Vertreter aus verschiedenen pädagogischen, therapeutischen und künstlerischen

Bereichen finden zusammen. AutodidaktInnen aus dem Bewegungsbereich sind in diesen Kursen herzlich willkommen.

## 4 Kursinhalt

Der erste Tag dient dem Erkennen eigener Haltungs- und Bewegungsmuster und dem Kennenlernen grundlegender Bewegungs-, Therapie- und Trainingsprinzipien: Polführung, Bewegungseinheiten, Symmetrieverhalten, Struktur und Funktion, evolutionsgeschichtliche und embryologische Entwicklungsaspekte, Grundzüge der Gesamt-Körper-Koordination.

Die Kurstage sind jeweils einem Schwerpunkt gewidmet: Kopf, Becken, Wirbelsäule, Brustkorb, untere Extremitäten und obere Extremitäten. Eigenwahrnehmung, Anwendung und Praxisbezug stellen während des ganzen Lehrgangs Schwerpunkte dar.

Die letzten Kurstage behandeln die dreidimensionale Bewegungskoordination des menschlichen Körpers als dynamische Einheit. Den Abschluss bilden Kursrepetition, spezifische Anwendungen und gemeinsame Schlussevaluation.

Aufschlüsselung der inhaltlichen Kursmodule gemäß Kursformat:

Der Lehrgang besteht aus 15 - 16 Kurstagen (150 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten - im Folgenden UE).

Es bestehen drei verschiedene Formate:

### Basic Med

Tag	Format: 8 x 2 Tage	Format 4 x 4 Tage	Format 3 x 5 Tage
1	(a) Grundprinzipien 9.4 UE	(a) Grundprinzipien 9.4 UE	(a) Grundprinzipien 10 UE
2	(b) Kopf & Becken 9.4 UE	(b) Kopf & Becken 9.4 UE	(b) Kopf & Becken 10 UE
3	(c) Wirbelsäule 9.4 UE	(c) Wirbelsäule 9.4 UE	(c) Wirbelsäule 10 UE
4	(d) Brustkorb 9.4 UE	(d) Brustkorb 9.4 UE	(d) Brustkorb 10 UE
5	(e) Hüftgelenk I 9.4 UE	(e) Hüftgelenk I 9.4 UE	(n) GK 2 Therapeut. Anwendung 10 UE
6	(f) Hüftgelenk II 9.4 UE	(f) Hüftgelenk II 9.4 UE	(e) Hüftgelenk I 10 UE
7	(g) Fuss 9.4 UE	(g) Fuss 9.4 UE	(f) Hüftgelenk II 10 UE
8	(h) Bein 9.4 UE	(h) Bein 9.4 UE	(g) Fuss 10 UE
9	(i) Schultergürtel 9.4 UE	(i) Schultergürtel 9.4 UE	(h) Bein 10 UE
10	(j) Schultergelenk 9.4 UE	(j) Schultergelenk 9.4 UE	(m) GK 1 Gangschule 10 UE
11	(k) Hand 9.4 UE	(k) Hand 9.4 UE	(i) Schultergürtel 10 UE
12	(l) Arm 9.4 UE	(l) Arm 9.4 UE	(j) Schultergelenk 10 UE
13	(m) GK 1 Gangschule 9.4 UE	(m) GK 1 Gangschule 9.4 UE	(k) Hand 10 UE
14	(n) GK 2 Therapeut. Anwendung 9.4 UE	(n) GK 2 Therapeut. Anwendung 9.4 UE	(l) Arm 10 UE
15	(o) Evaluation 1 9.4 UE	(o) Evaluation 1 9.4 UE	(o & p) Evaluation 1 & 2 10 UE
16	(p) Evaluation 2 9.4 UE	(p) Evaluation 2 9.4 UE	

## Basic Move

Tag	Format 8 x 2 Tage		Format 4 x 4 Tage		Format 3 x 5 Tage	
1	(a) Grundprinzipien	9.4 UE	(a) Grundprinzipien	9.4 UE	(a) Grundprinzipien	10 UE
2	(b) Kopf & Becken	9.4 UE	(b) Kopf & Becken	9.4 UE	(b) Kopf & Becken	10 UE
3	(c) Wirbelsäule	9.4 UE	(c) Wirbelsäule	9.4 UE	(c) Wirbelsäule	10 UE
4	(d) Brustkorb	9.4 UE	(d) Brustkorb	9.4 UE	(d) Brustkorb	10 UE
5	(e) Hüftgelenk I	9.4 UE	(e) Hüftgelenk I	9.4 UE	(e) Hüftgelenk I	10 UE
6	(f) Hüftgelenk II	9.4 UE	(f) Hüftgelenk II	9.4 UE	(f) Hüftgelenk II	10 UE
7	(g) Fuss	9.4 UE	(g) Fuss	9.4 UE	(g) Fuss	10 UE
8	(h) Bein	9.4 UE	(h) Bein	9.4 UE	(h) Bein	10 UE
9	(i) Schultergürtel	9.4 UE	(i) Schultergürtel	9.4 UE	(i) Schultergürtel	10 UE
10	(j) Schultergelenk	9.4 UE	(j) Schultergelenk	9.4 UE	(j) Schultergelenk	10 UE
11	(k) Hand	9.4 UE	(k) Hand	9.4 UE	(k) Hand	10 UE
12	(l) Arm	9.4 UE	(l) Arm	9.4 UE	(l) Arm	10 UE
13	(m) Gesamtkörperkoord. 1	9.4 UE	(m) Gesamtkörperkoord. 1	9.4 UE	GK 1 und GK 2	10 UE
14	(n) Gesamtkörperkoord. 2	9.4 UE	(n) Gesamtkörperkoord. 2	9.4 UE	(o) Evaluation 1	10 UE
15	(o) Evaluation 1	9.4 UE	(o) Evaluation 1	9.4 UE	(p) Evaluation 2	10 UE
16	(p) Evaluation 2	9.4 UE	(p) Evaluation 2	9.4 UE		

## 5 Methodik

Die Lerninhalte werden im Wechsel von verschiedenen Lehr- und Lernformen, in Theorie und Praxis erarbeitet.

Anatomie wird plakativ mit Modellen erarbeitet, der Bezug zur 3D –Bewegung ist konsequent. Eigenwahrnehmung, visualisieren von Bewegung und behandeln in Partnerarbeit sind zentrale methodische Elemente, um das Gelernte zu erfahren. Das tägliche Körpertraining nach dem Spiraldynamik® Konzept erweitert das individuelle Bewegungsrepertoire und erleichtert die Integration des Gelernten ins persönliche Bewegungsverhalten und in die professionelle Arbeit.

Aufgabenstellungen zwischen den einzelnen Kursmodulen und Lernerfolgskontrollen fördern das Selbststudium. Dozenten unterstützen die Kursteilnehmenden individuell. Die Arbeit im Selbststudium umfasst in der Regel ca. 75 UE à 45 Minuten.

## 6 Kursleitung

Alle unsere Kurse werden von ausgebildeten Spiraldynamik® Lehrkräften durchgeführt.

## 7 Begleitende Informationen

- ▶ Dauer: 15 oder 16 Tage über die Dauer von ca. 1 Jahr.
- ▶ Teilnehmerzahl: max. 24 TeilnehmerInnen
- ▶ Lehrmittel:
  - Skript
  - Skelettmodell
- ▶ Buchempfehlung: Lehrbuch zum Neuen Denkmodell der Physiotherapie - Band 1 Bewegungssystem (Hüter-Becker, Betz, Heel – Thieme Verlag).

## 8 Zertifikat

Bei einer Teilnahme von mindestens 135 UE à 45 Minuten und erfolgreicher Schlussevaluation gilt der Basic Lehrgang als abgeschlossen und zertifiziert. Die Teilnehmenden erhalten das Basic Certificate. Dieses ist privatrechtlicher Natur – es dürfen davon keine Rechte zur Ausübung von Diagnose und Therapie abgeleitet werden.

## 9 Fortbildung

Ab dem Spiraldynamik® Basic Certificate haben Sie die Möglichkeit die Spiraldynamik® in Form von themenspezifischen Fortbildungen weiter zu vertiefen. Fortbildungen bilden den Grundstein für berufliche Weiterentwicklung, Aufklärung über den aktuellen Wissensstand und wirkungsvolle Qualitätssicherung sowie fachübergreifende und persönliche Kontakte.

Regelmäßige 1-3-tägige Fortbildungen

- ▶ Themenzentrierte Fortbildung
- ▶ Refresherkurse
- ▶ Jahreskongress
- ▶ Kurzfortbildungen

## 10 Ausbildung

Der nächste Schritt: *Lehrgang Intermediate* mit den Schwerpunkten Bewegungslernen in Therapie und Unterricht: Fünf Tage intensive Körperarbeit in einer Kleingruppe.

oder *Intermediate Specific*

Beachten Sie die verschiedenen Themenmöglichkeiten.

Level	EINFÜHRUNG	BASIC	INTERMEDIATE		ADVANCED	
Lehrgang	Einführungskurse*	Basic	Intermediate	Intermediate Specific	Diplom Level Intermediate	Diplom Level Advanced
Auswahl	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Physio</li> <li>▶ Ergo</li> <li>▶ Arzt</li> <li>▶ 3D-Training</li> <li>▶ Tanz</li> <li>▶ Yoga</li> <li>▶ Körperarbeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Med</li> <li>▶ Move</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Physio</li> <li>▶ Ergo</li> <li>▶ Arzt</li> <li>▶ 3D-Training</li> <li>▶ Tanz</li> <li>▶ Yoga</li> <li>▶ Körperarbeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Fachdidaktik 1</li> <li>▶ Diplomprüfung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Fachdidaktik 2</li> <li>▶ Assistenz</li> <li>▶ Private Teaching</li> <li>▶ Abschlussprüfung</li> </ul>
Dauer	½ Tag bis 2 Tage	15 bis 16 Tage	5 Tage	5 bis 7 Tage	4 Tage	30 Tage
Gebühr	ab CHF 100	CHF 2.700	CHF 1.500	ab CHF 1.500	CHF 840	CHF 2.240
Fokus	Einführung in das Konzept	3D-Anatomie und Bewegungskoordination	Therapie- und Bewegungsschulung	Anwendertraining	Physiopädagogik und Fachdidaktik	Vermittlung und Abschluss der Ausbildung
Abschluss	Teilnahmebestätigung	Basic Certificate	Intermediate Certificate	Intermediate Specific Certificate	Intermediate Diploma	Advanced Diploma
	KENNENLERNEN	GRUNDLAGE	VERTIEFUNG	ANWENDUNG	PHYSIOPÄDAGOGIK	VERMITTLUNG

## 11 Fortbildungsnachweis

Therapeutisch-pädagogische Fort- und Weiterbildung von 15 bis 16 Tagen mit mindestens 150 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Minuten sowie 75 Einheiten à 45 Minuten Selbststudium.

Unterrichtseinheiten	Methodenspezifische Ausbildung				Medizinisches Grundwissen			
	Unterricht mit Lehrperson	Praxis mit Lehrperson	Praxis ohne Lehrperson	Selbststudium	Unterricht mit Lehrperson	Praxis mit Lehrperson	Praxis ohne Lehrperson	Selbststudium
32 UE Theoretische Kenntnisse der Anatomie, Biomechanik und Bewegungsphysiologie	29			14	3			1
34 UE Pathologie medizinisches Bewegungsanalyse, Befundinterpretation und Befunddokumentation	15	15		14	4			1
50 UE Strategieschulung und Techniktraining anhand ausgewählter Fallbeispiele, Eigenerfahrung und praktische Übungen	8	42		25				
14 UE Vermittlung präventiv-medizinischer Möglichkeiten	12			7	2			1
14 UE Aktives Bewegungstraining		14		8				
6 UE Eingehende Reflexion über zwischenmenschliche Beziehungen in Therapie und Pädagogik		6		4				
<b>SUMME</b>	<b>64</b>	<b>77</b>		<b>72</b>	<b>9</b>			<b>3</b>

## 12 Wort- und Bildmarke

Wort- und Bildmarke der Spiraldynamik® sind als Produkt- und Dienstleistungsmarke international geschützt. Das Basic Certificate berechtigt zur Nutzung der Wortmarke auf die eigene Person bezogen. Ausdrücklich untersagt ist die Nutzung der Wortmarke zu Werbezwecken und einer Anführung im Angebot sowie jegliche Nutzung der Bildmarke.

Stand Mai | 2014