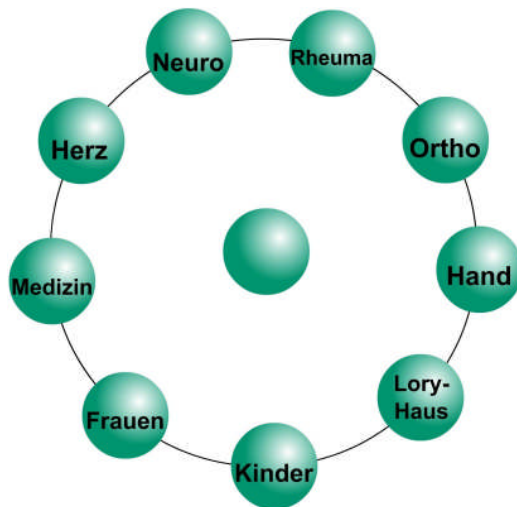


## Physiotherapie Symposium



## Dehnen & Beweglichkeit

04. November 2006

Aktuelle Aspekte zur  
Forschung und Praxis in  
Rehabilitation und Prävention

Sehr geehrte Damen und Herren  
Liebe Kolleginnen und Kollegen  
Liebe Studentinnen und Studenten

In der Physiotherapie entwickelten sich seit Mitte des letzten Jahrhunderts Dehn- und Beweglichkeitskonzepte und erlangten eine andauernde Bedeutung. Die Anfänge lagen in aktiven oder passiv geführten dynamischen Bewegungen oder in intensiven passiv-statischen Dehnungen. Diese Massnahmen dienten der Tonusregulation und Vergrösserung der Bewegungsamplitude. Die Dosierung war individuell, intuitiv und ohne konkrete Trainingsmethodik, welche Angaben zur Belastungsintensität, Belastungsdauer, Anzahl der Serien oder zur Therapiehäufigkeit beinhaltet hätten.

Später entwickelte sich das aktiv-dynamische Dehnen zur Kräftigung der Agonisten und Dehnung der Antagonisten. Diese Dehnart wurde bald kritisiert, denn sie sollte Dehnungsreflexe auslösen, so dass sich der eigentlich zu dehnende Muskel reflektorisch kontrahiert. Das wurde im Sinne einer Beweglichkeitsverbesserung als nicht positiv bewertet. So stand wie neu geboren das passiv statische Dehnen wieder im Fokus, bei dem keine Dehnreflexe auftreten sollten. Ausserdem kamen sogenannte Neuromuskuläre Dehnmethoden auf. Mit diesen Methoden sollte die Reflexaktivität sogar gehemmt werden können.

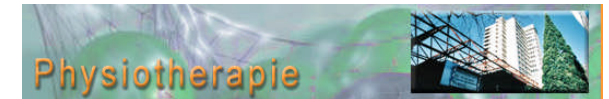
Erst wissenschaftliche Untersuchungen zeigten, dass weder alte noch neue Methoden in der Lage waren die Dehnreflexe zu unterdrücken bzw. herabzusetzen. Auch die vielen dem Dehnen zugesprochenen Effekte wie Verletzungsprophylaxe, Leistungssteigerung, Senkung des Muskeltonus, Reduzieren der Muskelverkürzung, Verminderung muskulärer Dysbalancen etc. lassen sich bis heute nicht eindeutig nachweisen.

Dass Dehnen einen positiven Einfluss auf die Bewegungreichweite hat, ist bis heute für die Physiotherapie eine wesentliche und unbestrittene Erkenntnis. Die Ursachen der Beweglichkeitsverbesserung und die weiteren positiven und negativen Effekte des Dehnens können aber nur zum Teil erklärt werden.

Dehnen und Beweglichkeit stellt für alle Fachbereiche der Physiotherapie eine wesentliche Thematik dar. Deshalb möchten wir uns an diesem Symposium intensiv mit diesem Themenkomplex auseinandersetzen. Dies soll auf wissenschaftlich-theoretischer und praktisch-angewandter Ebene stattfinden. Fachleute aus verschiedenen Disziplinen stellen in ihren Vorträgen den aktuellen Stand des Wissens zum Thema dar und laden zu interessanten Diskussionen ein.

Deshalb würden wir uns sehr freuen Sie am Symposium der Physiotherapie des Inselspitals im November 2006 begrüßen zu dürfen.

Ursula Kissing & Lorenz Radlinger



### Organisation und wissenschaftliche Leitung

Ursula Kissing  
Dr. Lorenz Radlinger

### Ort

Inselspital Universitätsspital Bern  
Hörsaal 1, Kinderklinik (Eingang 31B)  
Freiburgstrasse  
CH – 3010 Bern (Schweiz)

### Datum




Samstag, 04. November 2006

Registrierung: 08.00 – 9.00 Uhr  
Beginn: 09.00 Uhr  
Ende: 17.00 Uhr

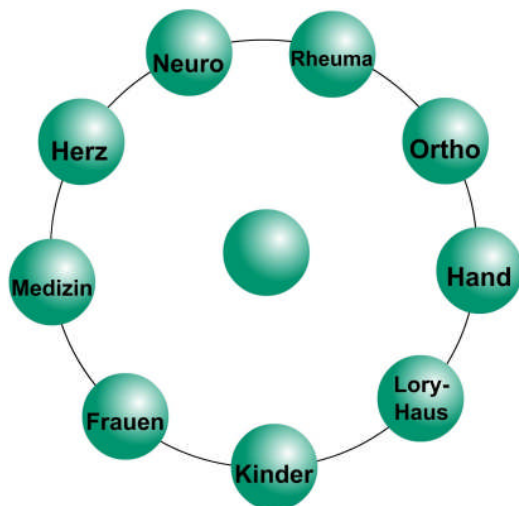
### Informationen und Anmeldung

Physiotherapie Inselspital Bern  
Ursula Kissing (Fachbereichsleiterin Physiotherapie)  
PKT 2 U1 551  
CH - 3010 Bern (Schweiz)  
Tel: +41 (0)31 632 39 56 (direkt)  
Tel: +41 (0)31 632 21 11 (Zentrale)  
Email: [ursula.kissing@insel.ch](mailto:ursula.kissing@insel.ch)

Aktuelle Informationen zum Symposium (download):  
<http://www.physio.insel.ch/physio-forschung.html>

Programm		ReferentInnen	Anreise
08.00 – 09.00	<b>Registrierung</b>	Adrian Bosshard (CH – Bern)	<b>Per Auto</b>
09.00 – 09.15	<b>Begrüssung</b>	Gerti Bucher-Dollenz (MSc, PT, CH – Heiligenkreuz)	Autobahn N1 Bern – Genf
09.15 – 10.45	<b>Grundlagen Dehnen und Beweglichkeit (I)</b> Anatomie, Physiologie, Funktionsänderungen, Diagnostik, Methoden, Therapieeffekte	Pascal Coste (D.O., PT, CH - Zug)	Ausfahrt Bern Forsthaus Inselspital
10.45 – 11.15	Pause / Industrieausstellung / Posterausstellung	Gail Cox Steck (PT, CH - Solothurn)	Um das Inselspital stehen nur Kurzzeitparkplätze zur Verfügung. Parkieren Sie deshalb im Parkhaus Inselspital (Murtenstrasse, neben dem Ausbildungszentrum Insel)
11.15 – 12.45	<b>Grundlagen Dehnen und Beweglichkeit (II)</b> Anatomie, Physiologie, Funktionsänderungen, Diagnostik, Methoden, Therapieeffekte	Jürgen Freiwald (Prof. Dr. phil., D - Wuppertal)	<b>Per Bahn / Bus</b>
12.45 – 13.45	Pause / Industrieausstellung / Posterausstellung	Albert Gollhofer (Prof. Dr. phil., D - Freiburg)	Bern Hauptbahnhof (Vorplatz)
13.45 – 15.05	<b>Dehnen und Beweglichkeit in der Praxis (I)</b> Therapiemethoden, -programme und -effekte, Testverfahren	Andreas Klee (PD Dr. phil., D - Wuppertal)	Bus Nr. 11 Richtung Güterbahnhof bis Bushaltestelle Inselspital
15.05 – 15.35	Pause / Industrieausstellung / Posterausstellung	Beatrice Kobi (PT, CH - Bern)	<b>Zu Fuss</b>
15.35 – 16.55	<b>Dehnen und Beweglichkeit in der Praxis (II)</b> Therapiemethoden, -programme und -effekte, Testverfahren	Jan Kool (PhD, PT, CH - Valens)	Vom Parkhaus Inselspital bzw. von der Bushaltestelle Inselspital in Richtung Inselspital, am „Notfall Kinder“ vorbei, dann unter der roten Insel-Infobrücke durch bis zur Stahl- treppe und diese hinauf zum Eingang 31B (Hörsaal 1).
16.55 – 17.00	<b>Verabschiedung</b>	Wolfgang Laube (Dr. med. habil., A - Feldkirch)	Lageplan Insel (download): <a href="http://www.insel.ch/anreise.html">http://www.insel.ch/anreise.html</a> (Eingang 31B: Koordinaten F4)
		Jules Rippstein (Dr. med., CH - La Conversion)	
		Marianne Rocourt (PT, MSc, CH - Bern)	
		Stefan Schönthaler (Dr. phil., D - Saarbrücken)	
		Frans van den Berg (PT, D - Ludwigshöhe)	
		Partner / Sponsoren / Aussteller	Touristikinformation / Hotelbuchung
		<b>Partner</b>	<b>Bern Tourismus</b>
			Bahnhofplatz 10
		European Interdisciplinary Society for Clinical and Sports Application	CH - 3011 Bern
			Tel: +41 (0)31 328 12 12 (Hotelbuchung)
		Schweizer Physiotherapie Verband Kantonalverband Bern	Tel: +41 (0)31 328 12 10 (Touristikinformation)
			Email: <a href="mailto:info@bernetourism.ch">info@bernetourism.ch</a>
		Schweizerische Gemeinschaft für erweiterte Physiotherapie	Internet: <a href="http://www.bernetourism.ch">www.bernetourism.ch</a>
		<b>Sponsoren</b>	
		Botta et fils Orthopädiegeschäft (CH – Biel)	
		Stierli Graf Orthopädiegeschäft (CH – Bern)	
		Berner Kantonalbank (CH - Bern)	
		<b>Aussteller</b>	
		Medidor Kölla AG (CH – Aesch)	
		Dr. Jules Rippstein (CH – La Conversion)	

## Physiotherapie Symposium



## Dehnen & Beweglichkeit

04. November 2006

Aktuelle Aspekte zur  
Forschung und Praxis in  
Rehabilitation und Prävention

### Teilnahmegebühr / Zahlungsweise

Die Zahlung der Teilnahmegebühr zum Symposium ist nur im Voraus möglich. Die Anmeldung ist erst mit der Einzahlung der Teilnahmegebühr gültig.

Beachten Sie, dass die Teilnahmegebühr bei einer Einzahlung bis spätestens 31. August 2006 günstiger und für SchülerInnen und StudentInnen generell deutlich reduziert ist. Es gilt definitiv das Datum der Einzahlung!

Nur Einzelanmeldung und Einzeleinzahlung (keine Gruppenanmeldung oder Gruppeneinzahlung!).

#### Vorkasse

bis 31. August 2006	175,- CHF
ab 1. September 2006	200,- CHF

SchülerInnen, StudentInnen bis 31. August 2006	50,- CHF
ab 1. September 2006	75,- CHF

SchülerInnen und StudentInnen müssen bei der schriftlichen Anmeldung eine Kopie der gültigen Studienbestätigung der Schule / Fachhochschule / Universität vorlegen.

#### Einzahlung

Bitte verwenden Sie zur Einzahlung der Teilnahmegebühr:

Berner Kantonalbank Bern  
PC-Kto. 30-106-9  
Kto-Nr. 20 080.200.0.97  
lautend auf Inselspital Bern  
Intern zu Gunsten Kto-Nr. 201020-212159  
Stichwort: Physiotherapie Symposium 2006

Clearing-Nr. 790 (für CH-Zahlungen)  
IBAN-Nr. CH88 0079 0020 0802 000 9 7 (für Ausland)  
Swift-Code: KBBECH22XXX

Die Teilnahmegebühr beinhaltet neben dem Besuch des Symposiums alle Symposiumsunterlagen sowie Getränke und einen Imbiss in den Pausen.

**Bitte Einzahlungsbeleg mitbringen und vorweisen!**

### Anmeldung

Bitte diese Seite ausdrucken und deutlich beschriften.  
(\* unbedingt ausfüllen!)

Name\* \_\_\_\_\_

Vorname\* \_\_\_\_\_

Organisation \_\_\_\_\_

Strasse Nr\* \_\_\_\_\_

Postleitzahl\* \_\_\_\_\_

Ort\* \_\_\_\_\_

Telefon\* \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Die Anmeldung zum Symposium erfolgt per Einzahlung und schriftlich per Post im Voraus:

**Anmeldeschluss: 10. Oktober 2006**  
(Keine Tageskassel!)

#### Anmeldeformular einsenden an:

Physiotherapie Inselspital Bern  
Ursula Kissing (Fachbereichsleiterin Physiotherapie)  
PKT 2 U1 551  
CH - 3010 Bern (Schweiz)  
Tel. +41 (0)31 632 39 56  
Email: [ursula.kissing@insel.ch](mailto:ursula.kissing@insel.ch)