



**herzhhaus**

**Berliner Gesellschaft für  
Prävention und Rehabilitation  
von Herz-Kreislaufkrankungen e.V.**



**BGPR**

## **Einladung**

Am **Freitag , den 07.04.2017**, führt der herzhhaus Reha-Sport e.V. in Kooperation mit der BGPR e.V. eine Fortbildung für Übungsleiter zu folgendem Thema durch:

### **Muskelfunktionsdiagnostik (MFD) und Muskeltraining**

Der manuelle Muskeltest ist ein wesentliches Handwerkzeug in der Diagnostik, um ein rehabilitatives Training sicher und effizient durchführen zu können. Ein gezieltes Krafttraining ist seit vielen Jahren ein wichtiger Bestandteil in der inhaltlichen Gestaltung der Herzsportgruppen. Durch die Kenntnis über die manuelle MFD kann auch beim kardiologischen Patienten mit seinen häufigen Begleiterkrankungen das Training optimiert werden. In der Fortbildung wird darüber hinaus ein gruppenspezifisches funktionelles Krafttraining vermittelt.

#### **Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Der manuelle Muskeltest als wesentlicher Bestandteil der Befunderhebung: Einführung in die Thematik (Grundlagen, Varianten, Bewertungssysteme)
- Erläuterungen zur Durchführung der Muskeltests;
- Testung relevanter Muskeln bei häufigen Beschwerdebildern und Begleiterkrankungen
- Funktionelles Krafttraining in der Gruppe

**Ort:** **herzhhaus**, Krausenstraße 40/41, 10117 Berlin  
Vortragsraum 5.1. 2.OG und Sportraum 3/2.OG  
[www.herzhausberlin.de](http://www.herzhausberlin.de)

**Zeit:** **Freitag, den 07. April 2017 von 16:30 -20:00 Uhr**

**Referenten:** Lars Pape (Dipl. Sportwissenschaftler/ Heilpraktiker)  
Juliane Neumann (Dipl. Sportwissenschaftlerin)

**Anmeldung :** BGPR e.V.  
Forckenbeckstr. 21, 14199 Berlin, Tel 823 2634, Fax : 823 8870  
E-Mail: [info@bgpr.de](mailto:info@bgpr.de), [www.bgpr.de](http://www.bgpr.de)

Die Teilnahmegebühr beträgt : 25,00 €

Empfänger: BGPR e.V.  
IBAN: DE26100100100028511100, BIC: PBNKDEFF  
Verwendungszweck: Herzhaus April 2017

Die Fortbildung wird zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz mit 4 LE anerkannt. Übungsleiter aus allen Rehasportbereichen sind dazu herzlich eingeladen. Bitte für den Praxisteil Sportsachen mitbringen. Eine Folgeveranstaltung im gleichen Umfang erfolgt im Herbst 2017. Thema und Termin werden noch bekannt gegeben.