

# > KURSE 2025

## SEHNE UND BAND IM LEISTUNGSSPORT 05. APRIL | 09 - 18 UHR

Physiologie Bindegewebe  
Aufbau & Funktion  
Wundheilung, Verletzungsstadien Sehne  
Medikamente & Ernährung, Einfluss auf Wundheilung & Kollagensynthese, Krafttraining  
Sehnenspezifisches Krafttraining (Heavy Slow - schnell exzentrisch)  
Trainingsaufbau bis zur Explosivkraft  
Bandverletzungen  
Rehabilitation Bänder Sprunggelenk & Syndesmose  
Return-to-Competition, Loadmanagement

1

Preis: 379

## VORDERES KREUZBAND IM LEISTUNGSSPORT 10. MAI | 09 - 18 UHR

Anatomie & Biomechanik  
Athro- & Osteokinematik  
Bindegewebsphysiologie  
Wundheilungsphasen  
Transplantationen & Unterschiede in der Rehabilitation  
Neurokognitives & Neuromuskuläres Training (Einfluss zentrales & peripheres Nervensystem)  
Trainingsaufbau bis Return-to-Competition  
Loadmanagement

2

Preis: 379

## FOKUS BECKEN IM LEISTUNGSSPORT 31. MAI & 01. JUNI | 09 - 18 UHR

Diagnostik, Bindegewebsphysiologie  
Rehabilitation  
High-Performance-Training  
ISG / Instabilitäten  
Rr. Articulares Funktion, Testung & Stabilisation  
Kollagentraining  
Symphysepathologien, Testung & Stabilisation  
Weiche Leiste  
Adduktorenverletzungen & Differentialdiagnostik  
Weichteilstadien, Loadmanagement

3

Preis: 699

## KNORPEL & KNOCHEN IM LEISTUNGSSPORT 28. JUNI | 09 - 18 UHR

Anatomie  
Gewebephysiologie  
Gefäßversorgung Menisken  
Aufbau & Funktion Knorpel Meniskus. Knochen  
Rehabilitation Knorpel & Knochen  
Krafttraining bei Osteoporose  
Rehabilitation Meniskus nach Naht  
Trainingsaufbau bis Return-to-Competition  
Ernährung & Medikamente  
Loadmanagement

4

Preis: 379

## LWS & HWS IM LEISTUNGSSPORT 27. SEPTEMBER | 09-18 UHR

Anatomie & Biomechanik  
Pathomechanik  
Athro- & Osteokinematik  
Instabilitäten  
Rr. Articulares Training  
Kollagentraining Fascia Thorakolumbalis  
Bindegewebsphysiologie Bandscheibe  
Krafttraining Wirbelsäule, lokal- und multisegmental  
Trainingsaufbau bis zur Explosivkraft  
Loadmanagement

5

Preis: 379

## BWS, SCHULTER & ELLENBOGEN 25. OKTOBER | 09 - 18 UHR

Anatomie & Biomechanik  
Athro- & Osteokinematik  
Instabilitäten  
Traumatische Luxationen (ventral & dorsal), Stabilisation  
Bindegewebsphysiologie  
Tendinopathien  
Verletzungen der Rotatorenmanschette  
Krafttraining  
Trainingsaufbau bis zur Explosivkraft  
Return-to-Competition  
Loadmanagement

6

Preis: 379

## HIGH-PERFORMANCE-TRAINING 22. & 23. NOVEMBER | 09 - 18 UHR

Krafttraining, Loadmanagement (Low Load, Medium Load, High Load, Eccentric Overload)  
Offseason, Preseason, Inseason Loadmanagement  
Über die Strukturen zum System, Bindegewebsphysiologie  
Isom. & dynamische Kraftmessung richtig Interpretiert (Vald: ForceFrame, Exxentrlc: kBox & kPulley)  
Exzentrisches Krafttraining mit freien Gewichten und Exzentric Flywheelgeräten  
Sprungtests und Sprünge im Training richtig anwenden  
Schnellkraft an diversen Seilzugsystemen  
Neurokognitives Training  
Acceleration & Deceleration

7

Preis: 699

## WICHTIGE INFOS ZUR ANMELDUNG BITTE BEACHTEN SIE!

Bitte melden Sie sich unter Angaben Ihres Berufs und Ihrer vollständigen Rechnungsanschrift per E-Mail an:  
[info@marcus-hirschbiel.de](mailto:info@marcus-hirschbiel.de)

Wir verweisen auf unsere geltenden, allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter [www.marcus-hirschbiel.de/agb](http://www.marcus-hirschbiel.de/agb) einsehen können.

\*Alle Preise verstehen sich in Euro inkl. gesetzlicher USt. | Stand 11/24