

Praktische Ausbildung

Krafttraining für Sportliche Leistungen

Von der NBA unterstützt



tech



tech

Praktische Ausbildung
Krafttraining für
Sportliche Leistungen

Index

01

Einführung

Seite 4

02

Warum diese Praktische
Ausbildung absolvieren?

Seite 6

03

Ziele

Seite 8

04

Planung des Unterrichts

Seite 10

05

Wo kann ich die Praktische
Ausbildung absolvieren?

Seite 12

06

Allgemeine Bedingungen

Seite 14

07

Qualifizierung

Seite 16

01 Einführung

Krafttraining ist zu einem entscheidenden Faktor für die sportliche Leistung und die Verletzungsprävention bei Sportlern aller Leistungsklassen geworden. Deshalb ist es wichtig, dass die Physiotherapeuten über spezielle Kenntnisse auf diesem Gebiet verfügen und nicht nur die fortschrittlichsten Techniken, sondern auch die neueste Technologie zur Genesung der Patienten anwenden. Zu diesem Zweck bietet TECH ein 3-wöchiges Programm in einem renommierten klinischen Zentrum an, in dem die Physiotherapeuten ihre Fähigkeiten in der Gestaltung und Programmierung eines spezifischen Krafttrainings entsprechend den Eigenschaften und Bedürfnissen des Sportlers verbessern können. Eine einzigartige Gelegenheit, eine unvergleichliche Erfahrung zu machen, die nur Studenten an dieser akademischen Einrichtung erleben können.

“

Integrieren Sie in Ihre tägliche Praxis die wichtigsten Fortschritte im Bereich des Krafttrainings von Experten auf diesem Gebiet"





In den vergangenen Jahren wurden auf dem Gebiet des Krafttrainings wichtige Fortschritte erzielt, darunter ein besseres Verständnis der Mechanismen der Muskelhypertrophie, der Muskelfaseraktivierung und der Verbesserung der Lebensqualität von Patienten, die sich von Sportverletzungen erholen, sowie der Prävention für das Auftreten von zukünftigen Verletzungen. In diesem Szenario spielen Physiotherapeuten eine grundlegende Rolle bei der Anwendung dieser Fortschritte und der effektivsten Arbeitsmethoden.

Daher ist es wichtig, dass Fachkräfte über spezielle Kenntnisse in Bezug auf Krafttraining verfügen. Aus diesem Grund wurde diese Praktische Ausbildung konzipiert, um den Studenten die notwendigen Instrumente und Fähigkeiten zu vermitteln, damit sie diese Fortschritte bei der Behandlung ihrer Patienten anwenden können.

Um dieses Ziel zu erreichen, hat diese akademische Einrichtung ein renommiertes klinisches Zentrum ausgewählt, in dem die Studenten, umgeben von den besten Experten, ihre praktischen Fähigkeiten und ihre klinische Erfahrung in einem realen Umfeld erweitern können und mit führenden Spezialisten im Bereich der Sportphysiotherapie zusammenarbeiten. Dadurch können sie die innovativsten diagnostischen Verfahren anwenden und die neueste Generation von Therapien für jede Pathologie planen und so die Qualität der Versorgung ihrer Patienten verbessern.

02

Warum diese Praktische Ausbildung absolvieren?

Die sportliche Leistung eines Athleten wird in hohem Maße durch seine körperliche Verfassung beeinflusst. Daher wurden in den vergangenen Jahren die Trainingsmethoden und -planung perfektioniert, wobei die Kraft als entscheidender Faktor bei der Verletzungsprävention berücksichtigt wurde. Es ist daher wichtig, dass der Physiotherapeut diese Entwicklungen kennt und in seine klinische Praxis einbezieht. Um diese Auffrischung der Kompetenzen zu unterstützen, bietet TECH ein Praktikum in einem renommierten klinischen Zentrum an, in dem die Studenten sich auf Schlüsselaspekte des Krafttrainings, der Trainingsmethodik und der Verschreibung von Übungen spezialisieren können. Und das alles in einem realen Umfeld, das es den Teilnehmern ermöglicht, ihre Fähigkeiten zu verbessern.



TECH ist die einzige Universität, die Ihnen die Möglichkeit bietet, mit den besten Spezialisten der Sportphysiotherapie in einem realen klinischen Umfeld zu arbeiten"

1. Aktualisierung basierend auf der neuesten verfügbaren Technologie

Heute werden modernste Technologien zur Überwachung der Leistung und der körperlichen Verfassung von Sportlern sowie innovative Krafttrainingstechniken eingesetzt. Aus diesem Grund wird der Student mit dem Abschluss dieser Praktischen Ausbildung die Möglichkeit haben, in diesen Bereich einzusteigen und Zugang zu digitalen Ressourcen und interaktiven Werkzeugen zu haben, um seinen Fortbildungsprozess zu ergänzen.

2. Auf die Erfahrung der besten Spezialisten zurückgreifen

Bei dieser Praktischen Ausbildung in Krafttraining für Sportliche Leistung wird der professionelle Physiotherapeut von einem Expertenteam begleitet, das in dem renommierten Klinikum arbeitet, in dem er den praktischen Aufenthalt absolvieren wird. So können die Studenten die fortschrittlichsten Methoden, Diagnose- und Therapieverfahren der besten Spezialisten auf diesem Gebiet integrieren.

3. Einstieg in erstklassige klinische Umgebungen

TECH führt eine sorgfältige Auswahl der klinischen Zentren durch, die für die Praktische Ausbildung zur Verfügung stehen, um den Spezialisten Zugang zu einem renommierten Umfeld im Bereich der Sportphysiotherapie zu gewährleisten. Während des Praktikums kann die Fachkraft die Sorgfalt und die Anforderungen der täglichen Arbeit erleben und die neuesten wissenschaftlichen Thesen und Postulate in der Arbeitsmethodik anwenden.



4. Das Gelernte von Anfang an in die tägliche Praxis umsetzen

TECH schlägt einen anderen pädagogischen Ansatz vor, der sich an das Arbeitstempo der Fachkräfte anpasst. Mit einer 100%igen praktischen Ausbildung werden die Teilnehmer in der Lage sein, sich in nur 3 Wochen fortgeschrittene Kenntnisse im Bereich des Krafttrainings in der sportlichen Leistung anzueignen und sie in ihrer täglichen Praxis anzuwenden. Auf diese Weise kann der Berufstätige einen Fortbildungsprozess durchlaufen und in seinem Arbeitsbereich an vorderster Front stehen.

5. Ausweitung der Grenzen des Wissens

TECH bietet Physiotherapeuten die Möglichkeit, ihre Praktische Ausbildung in Krafttraining für Sportliche Leistungen in prestigeträchtigen nationalen und internationalen Zentren zu absolvieren. So können sie ihre Erfahrungen erweitern und sich mit den besten Experten in anerkannten klinischen Zentren auf verschiedenen Kontinenten austauschen. Eine einzigartige Gelegenheit, die nur TECH, die größte digitale Universität der Welt, bieten kann.



Sie werden in dem Zentrum Ihrer Wahl vollständig in die Praxis eintauchen"

03 Ziele

Das Hauptziel der Praktischen Ausbildung in Krafttraining für Sportliche Leistungen für Physiotherapeuten ist es, den Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, die erworbenen theoretischen Kenntnisse in einem praktischen und realen Umfeld anzuwenden. Während des Praktikums haben die Studenten die Möglichkeit, an der Seite eines behandelnden Facharztes zu arbeiten, echte Patienten zu beobachten und die innovativsten Diagnoseverfahren und modernsten Therapien für jede Pathologie anzuwenden. Darüber hinaus sollen die Studenten Kompetenzen in den Bereichen Bewertung der sportlichen Leistung, Verschreibung und Planung von Krafttraining sowie Methodik des Krafttrainings unter dem Paradigma komplexer dynamischer Systeme erwerben.



Allgemeine Ziele

- Entwickeln der notwendigen Fähigkeiten, um Krafttrainingsprogramme zu entwerfen, die die sportliche Leistung maximieren und dabei die individuellen Bedürfnisse und Eigenschaften jedes Sportlers berücksichtigen
- Fördern der Fähigkeit, die sportliche Leistung zu bewerten, so dass Fachkräfte in der Lage sind, leistungsbeeinflussende Faktoren zu ermitteln und Strategien zur Verbesserung zu entwickeln
- Fördern des Erwerbs von Kommunikationsfähigkeiten für die Arbeit mit Athleten und anderen professionellen Sportlern sowie von Fähigkeiten zur Teamarbeit in einem Hochleistungsumfeld





Spezifische Ziele

- ◆ Verschreiben von Krafttraining bei mittel- und langfristigen Sportarten
- ◆ Erkennen und Anwenden der verschiedenen Methoden und Mittel des Krafttrainings in situativen Sportarten
- ◆ Anwenden der Techniken zur Bewertung der sportlichen Leistung im Krafttraining
- ◆ Anpassen des Krafttrainingsprogramms an die individuellen Bedürfnisse der Sportler
- ◆ Anwenden der biomechanischen und physiologischen Aspekte, die die Entwicklung von Geschwindigkeit und Richtungswechsel beeinflussen
- ◆ Entwickeln von Fähigkeiten zur Auswahl und Anwendung verschiedener Arten der Sportleistungsbewertung
- ◆ Entwerfen eines bewegungsbasierten Trainings in situativen Sportarten
- ◆ Entwickeln von Fähigkeiten in der Organisation und Programmierung von Krafttraining für sportliche Leistungen
- ◆ Einsetzen der neuesten Technologien im Bereich des Krafttrainings und der Bewertung
- ◆ Auswählen der für den Leistungsbewertungsprozess des Athleten am besten geeigneten Tests



04

Planung des Unterrichts

Die Praktische Ausbildung dieses Programms in Krafttraining für Sportliche Leistungen bietet dem Physiotherapeuten die Möglichkeit, einen 3-wöchigen praktischen Aufenthalt in einem renommierten Zentrum zu absolvieren. Von Montag bis Freitag wird er 8 Stunden am Stück von Spezialisten begleitet, die die innovativsten Verfahren im Bereich des Krafttrainings anwenden und die jeweils effektivste Therapie planen. Während dieser Zeit besteht die Möglichkeit, echte Athleten zu beobachten und mit ihnen zu arbeiten, in Zusammenarbeit mit einem Team von hochqualifizierten Experten.

In diesem vollständig praxisorientierten Ausbildungsangebot zielen die Aktivitäten auf die Entwicklung und Vervollkommnung der Kompetenzen ab, die für die Erbringung von Rehabilitations- und Verletzungspräventionsdienstleistungen unter Bedingungen erforderlich sind, die ein hohes Qualifikationsniveau erfordern, und die auf eine spezifische Ausbildung für die Ausübung der Tätigkeit in einem Umfeld der Patientensicherheit und hoher professioneller Leistung ausgerichtet sind.

Es ist zweifellos eine Gelegenheit, die Kenntnisse in einem erstklassigen klinischen Umfeld zu aktualisieren. TECH bietet somit eine neue Art des Verständnisses und der Integration von Gesundheitsprozessen und verwandelt ein renommiertes Zentrum in ein ideales Lehrszenario für diese innovative Erfahrung zur Verbesserung der beruflichen Fähigkeiten.

Die Praktische Ausbildung wird unter aktiver Beteiligung der Studenten durchgeführt, die die Aktivitäten und Verfahren jedes Kompetenzbereichs ausüben (Lernen zu lernen und lernen zu tun), mit der Begleitung und Anleitung von Dozenten und anderen Ausbildungskollegen, die die Teamarbeit und die multidisziplinäre Integration als transversale Kompetenzen für die Praxis der Physiotherapie (Lernen zu sein und Lernen in Beziehung zu treten) ansehen.

Die im Folgenden beschriebenen Verfahren werden die Grundlage für den praktischen Teil der Fortbildung bilden. Ihre Durchführung hängt sowohl von der Eignung der Patienten als auch von der Verfügbarkeit des Zentrums und seiner Auslastung ab, wobei die vorgeschlagenen Aktivitäten wie folgt aussehen:



Spezialisieren Sie sich an einer Einrichtung, die Ihnen all diese Möglichkeiten bietet, mit einem innovativen akademischen Programm und einem menschlichen Team, das in der Lage ist, Sie optimal zu fördern"



Modul	Praktische Tätigkeit
Training in Sportarten mit mittlerer und langer Dauer	Erstellen von Trainingsplänen für Mittel- und Langstreckenläufer
	Beaufsichtigen von Trainingseinheiten auf der Rennbahn oder in Sportzentren
	Begleiten von Sportlern bei hochintensiven Trainingseinheiten
	Erfassen und Analysieren der Laufzeiten, um die Fortschritte des Athleten zu messen
Krafttraining in situativen Sportarten	Unterstützen von Trainern bei der Erstellung von Krafttrainingsplänen, die an die jeweiligen Sportarten angepasst sind
	Durchführen von Krafttrainingseinheiten auf dem Sportplatz oder im Fitnessstudio, die auf die Verbesserung sportartspezifischer Fähigkeiten ausgerichtet sind
	Verwenden von Krafttrainingstechniken mit Hilfsmitteln wie Medizinbällen oder Gummibändern, um die Kraft und Leistung des Sportlers zu verbessern
	Beurteilen der Fortschritte des Sportlers in seiner Fähigkeit, in Spielsituationen Kraft anzuwenden
Methoden des Krafttrainings	Überprüfen bestehender Krafttrainingspläne und Abgabe von Verbesserungsvorschlägen
	Forschen und Präsentieren aktueller Informationen über die fortschrittlichsten Methoden im Krafttraining
	Koordinieren der Arbeit mit anderen Fachkräften, um die neuesten Methoden des Krafttrainings anzuwenden
	Unterstützen bei der Vorbereitung von Lehrmaterial für künftige Krafttrainingskurse
Bewertung der sportlichen Leistung beim Krafttraining	Beurteilen der Kraftkapazität des Athleten anhand spezifischer Tests wie dem 1RM-Test
	Einsetzen fortschrittlicher Technologien, wie z. B. Kraftmessplattformen, zur Messung der Leistung von Sportlern
	Analysieren der Bewegung des Sportlers in Bezug auf die Kraftanwendung beim Sport
	Nutzen von Bewertungs- und Datenanalyseinstrumenten, um Testergebnisse zu interpretieren und Empfehlungen zur Verbesserung der sportlichen Leistung abzugeben
Verschreibung und Programmierung von Krafttraining	Ausarbeiten individueller Krafttrainingspläne für jeden Athleten unter Berücksichtigung seiner Krankengeschichte und seiner sportlichen Ziele
	Erstellen eines effektiven Krafttrainingsprogramms, das hochintensive Trainingseinheiten mit Ruhe- und Erholungsphasen kombiniert
	Planen von Krafttrainingseinheiten entsprechend dem Sportkalender des Athleten
	Anpassen der Krafttrainingspläne, wenn der Sportler Fortschritte macht und seine Kraftkapazität zunimmt

05 Wo kann ich die Praktische Ausbildung absolvieren?

Um eine qualitativ hochwertige Praktische Ausbildung anbieten zu können, hat TECH sein Angebot erweitert und bietet nun dieses Programm in Krafttraining für Sportliche Leistungen in erstklassigen Zentren an. Dies ist eine einmalige Gelegenheit für Physiotherapeuten, die ihre Karriere an der Seite der besten Experten des Sektors an verschiedenen prestigeträchtigen Veranstaltungsorten weiter ausbauen möchten.



Tauchen Sie ein in eine einzigartige praktische Erfahrung und lernen Sie von Spezialisten in einem renommierten klinischen Zentrum"





Der Student kann diese Ausbildung in den folgenden Zentren absolvieren:



Physiotherapie

Policlínico HM Moraleja

Land: Spanien Stadt: Madrid

Adresse: P.º de Alcobendas, 10, 28109, Alcobendas, Madrid

Netzwerk von Privatkliniken, Krankenhäusern und spezialisierten Einrichtungen in ganz Spanien

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- Rehabilitationsmedizin bei der Behandlung von Erworbenen Hirnverletzungen



Physiotherapie

Policlínico HM Matogrande

Land: Spanien Stadt: La Coruña

Adresse: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º, 15009, A Coruña

Netzwerk von Privatkliniken, Krankenhäusern und spezialisierten Einrichtungen in ganz Spanien

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- Sportphysiotherapie
- Neurodegenerative Erkrankungen



Physiotherapie

Exactfitness Vigo

Land: Spanien Stadt: Pontevedra

Adresse: Rúa de María Berdiales, 39, 36203 Vigo, Pontevedra

Exactfitness ist ein Zentrum für persönliches Training

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- Krafttraining für Sportliche Leistungen



Physiotherapie

Premium global health care Madrid

Land: Spanien Stadt: Madrid

Adresse: C. de Víctor de la Serna, 4, 28016 Madrid

Rehabilitation, Wiedereingliederung und persönliches Training: das sind die Säulen der Klinik für Physiotherapie in Chamartín

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- MBA in Digitales Marketing
- Projektmanagement



Physiotherapie

Premium global health care Fuenlabrada

Land: Spanien Stadt: Madrid

Adresse: Paseo de Roma, 1, 28943 Fuenlabrada, Madrid

Rehabilitation, Wiedereingliederung und persönliches Training: die Säulen der Klinik für Physiotherapie in Fuenlabrada

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- MBA in Digitales Marketing
- Projektmanagement



Physiotherapie

Premium global health care Pozuelo

Land: Spanien Stadt: Madrid

Adresse: Centro Comercial Monteclaro, Local 59.4, s/n, Av. de Monteclaro, d, 28223 Pozuelo de Alarcón, Madrid

Rehabilitation, Wiedereingliederung und persönliches Training: das sind die Säulen der Physiotherapiekllinik in Pozuelo

Verwandte Praktische Ausbildungen:

- MBA in Digitales Marketing
- Projektmanagement

06 Allgemeine Bedingungen

Zivile Haftpflichtversicherung

Das Hauptanliegen dieser Einrichtung ist es, die Sicherheit sowohl der Fachkräfte im Praktikum als auch der anderen am Praktikum beteiligten Personen im Unternehmen zu gewährleisten. Zu den Maßnahmen, mit denen dies erreicht werden soll, gehört auch die Reaktion auf Zwischenfälle, die während des gesamten Lehr- und Lernprozesses auftreten können.

Zu diesem Zweck verpflichtet sich diese Bildungseinrichtung, eine Haftpflichtversicherung abzuschließen, die alle Eventualitäten abdeckt, die während des Aufenthalts im Praktikumszentrum auftreten können.

Diese Haftpflichtversicherung für die Fachkräfte im Praktikum hat eine umfassende Deckung und wird vor Beginn der Praktischen Ausbildung abgeschlossen. Auf diese Weise muss sich der Berufstätige keine Sorgen machen, wenn er mit einer unerwarteten Situation konfrontiert wird, und ist bis zum Ende des praktischen Programms in der Einrichtung abgesichert.



Allgemeine Bedingungen der Praktischen Ausbildung

Die allgemeinen Bedingungen des Praktikumsvertrags für das Programm lauten wie folgt:

1. BETREUUNG: Während der Praktischen Ausbildung werden dem Studenten zwei Tutoren zugeteilt, die ihn während des gesamten Prozesses begleiten und alle Zweifel und Fragen klären, die auftauchen können. Einerseits gibt es einen professionellen Tutor des Praktikumszentrums, der die Aufgabe hat, den Studenten zu jeder Zeit zu begleiten und zu unterstützen. Andererseits wird dem Studenten auch ein akademischer Tutor zugewiesen, dessen Aufgabe es ist, den Studenten während des gesamten Prozesses zu koordinieren und zu unterstützen, Zweifel zu beseitigen und ihm alles zu erleichtern, was er braucht. Auf diese Weise wird die Fachkraft begleitet und kann alle Fragen stellen, die sie hat, sowohl praktischer als auch akademischer Natur.

2. DAUER: Das Praktikumsprogramm umfasst drei zusammenhängende Wochen praktischer Ausbildung in 8-Stunden-Tagen an fünf Tagen pro Woche. Die Anwesenheitstage und der Stundenplan liegen in der Verantwortung des Zentrums und die Fachkraft wird rechtzeitig darüber informiert, damit sie sich organisieren kann.

3. NICHTERSCHEINEN: Bei Nichterscheinen am Tag des Beginns der Praktischen Ausbildung verliert der Student den Anspruch auf diese ohne die Möglichkeit einer Rückerstattung oder der Änderung der Daten. Eine Abwesenheit von mehr als zwei Tagen vom Praktikum ohne gerechtfertigten/medizinischen Grund führt zum Rücktritt vom Praktikum und damit zu seiner automatischen Beendigung. Jedes Problem, das im Laufe des Praktikums auftritt, muss dem akademischen Tutor ordnungsgemäß und dringend mitgeteilt werden.

4. ZERTIFIZIERUNG: Der Student, der die Praktische Ausbildung bestanden hat, erhält ein Zertifikat, das den Aufenthalt in dem betreffenden Zentrum bestätigt.

5. ARBEITSVERHÄLTNIS: Die Praktische Ausbildung begründet kein Arbeitsverhältnis irgendeiner Art.

6. VORBILDUNG: Einige Zentren können für die Teilnahme an der Praktischen Ausbildung eine Bescheinigung über ein vorheriges Studium verlangen. In diesen Fällen muss sie der TECH-Praktikumsabteilung vorgelegt werden, damit die Zuweisung des gewählten Zentrums bestätigt werden kann.

7. NICHT INBEGRIFFEN: Die Praktische Ausbildung beinhaltet keine Elemente, die nicht in diesen Bedingungen beschrieben sind. Daher sind Unterkunft, Transport in die Stadt, in der das Praktikum stattfindet, Visa oder andere nicht beschriebene Leistungen nicht inbegriffen.

Der Student kann sich jedoch an seinen akademischen Tutor wenden, wenn er Fragen hat oder Empfehlungen in dieser Hinsicht erhalten möchte. Dieser wird ihm alle notwendigen Informationen geben, um die Verfahren zu erleichtern.

07 Qualifizierung

Diese **Praktische Ausbildung in Krafttraining für Sportliche Leistungen** enthält das vollständigste und aktuellste Programm des professionellen und akademischen Panoramas.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post mit Empfangsbestätigung das entsprechende Zertifikat der Praktischen Ausbildung, ausgestellt von der TECH Technologischen Universität.

Auf dem von TECH ausgestellten Zertifikat wird die im Test erzielte Bewertung angegeben.

Titel: **Praktische Ausbildung in Krafttraining für Sportliche Leistungen**

Dauer: **3 Wochen**

Anwesenheit: **Montag bis Freitag, 8-Stunden-Schichten**

Gesamtstunden: **120 Std. Berufspraxis**

Von der NBA unterstützt:



tech

Praktische Ausbildung
Krafttraining für
Sportliche Leistungen

Praktische Ausbildung

Krafttraining für Sportliche Leistungen

Von der NBA unterstützt



tech