

Strategie & Management

Schmerzfrei im Praxisalltag

Maßgeschneidertes Bewegungsscreening und
Individualübungen



Wissen



 Health^{AG}

Schmerzfrei im Praxisalltag

Maßgeschneidertes Bewegungsscreening und Individualübungen

Über zwei Drittel der Zahnärzte klagen über Schulter-, Nacken- und Rückenbeschwerden, fast die Hälfte leidet unter Kopfschmerzen. Der Grund dafür sind Fehlhaltungen und einseitige Belastungen im Praxisalltag. Für die körperliche Gesundheit ist die gezielte Bewegungspflege genauso wichtig wie die regelmäßige Zahnpflege, um ein Leben lang schmerzfrei und leistungsfähig zu bleiben.

Auf Basis neuester Forschungs- und Therapieergebnisse der Faszienforschung wurde die innovative Bewegungspflege für Zahnärzte entwickelt, welche Sie vor Beschwerden und Ausfallzeiten schützt. Anhand einer individuellen Bewegungsanalyse wird ein persönlicher Übungsplan erstellt und wir zeigen Ihnen am ersten Seminartag die aktuellen Risikozonen Ihres Körpers auf und am zweiten Tag werden wir gemeinsam aktiv: Im Therapiezentrum Hafencity trainieren Sie konkrete Übungen und Methoden, die Sie und Ihr Praxisteam dauerhaft fit und schmerzfrei halten. **Bitte Sportzeug mitbringen.**

Inhalte:

- Theorie: Verständnis und Bewusstsein „Risiko Rücken“
- Praxis: Individueller Bewegungstest
- Praxis: Alltagstauglicher Trainingsplan:
Schutz vor Muskel-Skelett-Erkrankungen
- Theorie und Praxis: Alltagstipps: Praxisteam

7 Fortbildungspunkte

Ziel: Dank täglicher Bewegungspflege und praktischer Übungen ein beschwerdefreier Bewegungsapparat für das ganze Praxisteam.

Termin:

- Hamburg, 05.04.2019, 16–19 Uhr und 06.04.2019, 10–14 Uhr

Kosten: 399,-€ inkl. MwSt. | Kunden der Health AG: 339,-€ inkl. MwSt.

Geeignet für: Zahnmediziner und Praxismitarbeiter

Referent:

- Johannes Fetzer, Geschäftsführer Therapiezentrum HafenCity und Mitgründer medicalmotion GmbH

Jetzt online anmelden!
www.upgrade-hoch3.de