

Tag 1

Dauer	Art	Thema
30 min	Theorie	Kennenlernen, Abfrage von Vorkenntnissen und Erwartungen
60 min	Theorie	Grundlagen des Rehatrainings Belastungssteuerung <ul style="list-style-type: none"> • Belastungsnormative • Kraft • Ausdauer • Sensomotorisches Training
60 min	Praxis	Methodische Reihung im sensomotorischen Training
30 min	Pause	-
90 min	Theorie	Sportverletzungen Muskelkater Muskelfaserriss
30 min	Pause	-
60 min	Theorie	Supinationstrauma Achillessehnenruptur
60 min	Praxis	Sporttherapie nach Supinationstrauma und Achillessehnenruptur

Tag 2

Dauer	Art	Thema
60 min	Theorie	Kreuzbandruptur Meniskusläsion
60 min	Praxis	Sporttherapie bei Kreuzbandruptur und Meniskusläsion
30 min	Pause	-
60 min	Theorie	Arthrose Bandscheibenvorfall
60 min	Praxis	Sporttherapie nach Coxarthrose und Bandscheibenvorfall
30 min	Pause	-
60 min	Theorie	Impingement Schulterluxation Epicondylitis humeri
60 min	Praxis	Sporttherapie bei Impingement und Schulterluxation

Tag 3

Dauer	Art	Thema
120 min	Theorie	Übergewicht und Adipositas Diabetes Mellitus Hypertonie Metabolisches Syndrom
30 min	Pause	-
60 min	Praxis	Exemplarische Rehasportstunde
60 min	Theorie	Osteoporose Asthma bronchiale
30 min	Pause	-
60 min	Praxis	Sporttherapie Osteoporose
60 min	Theorie	Informationen zum Ablauf der Prüfung Übungsfallbeispiel Ausgabe der Lehrprobenthemen Beantwortung von Fragen

Tag 4

Dauer	Art	Thema
30 min	Theorie	Sport mit Senioren
60 min	Prüfung	Multiple Choice Test
30 min	Pause	-
120 min	Prüfung	Lehrproben (Teil 1)
30 min	Pause	-
120 min	Prüfung	Lehrproben (Teil 2)
30 min	Theorie	Auswertung der Lehrproben Feedback des Dozenten Online-Feedback der Teilnehmer Verleihung der Zertifikate