



HALBTAGESFORTBILDUNG IN BAD GLEICHENBERG

Muskeln brauchen Nahrung – Wie sich Körperhaltung und Muskeltonus auf den Nährstoffbedarf auswirken

- Termin:** Samstag, 06.03.2021, 09.00-13.00 Uhr
- Veranstaltungsort:** DAS KURHAUS Bad Gleichenberg, Untere Brunnenstraße 33, 8344 Bad Gleichenberg
- Referenten:** PD Dr. med. univ. Ernst Bernhard Zwick, FA für Orthopädie und orthopädische Chirurgie & Dr. med. univ. Robert Kocher, FA für Chirurgie und Unfallchirurgie
- Seminarbeitrag:** EUR 99,- inkl. Seminarunterlagen in digitaler Form, einem Mikronährstoffpräparat aus dem Biogena Sortiment, Verpflegung und Getränken, sowie einen Gutschein für den Eintritt in die Therme
- Bestätigung:** Jeder Teilnehmer erhält nach dem Seminar eine Teilnahmebestätigung
- Teilnehmerzahl:** mind. 10 Personen, max. 15 Personen
- Zielgruppe:** Medizinisches Fachpersonal, sowie Personen mit abgeschlossenen und in Ausbildung befindlichen Gesundheits- und Heilberufen

Biogena Akademie GmbH

Schottenfeldgasse 22, A-1070 Wien

Part of the
Biogena Group 

T +43 1 522 41 82, F +43 1 522 41 82-1791

info@biogena-akademie.com

www.biogena-akademie.com



BIOGENA
Akademie

Muskeln brauchen Nahrung – Wie sich Körperhaltung und Muskeltonus auf den Nährstoffbedarf auswirken

Seminarinhalt

Ein Zusammenhang zwischen Körperhaltung und Mikronährstoffbedarf ist auf den ersten Blick gar nicht so offensichtlich. Dennoch beeinflussen eine erhöhte Körperspannung, eine Fehlhaltung oder ein erhöhter Tonus der Ausgleichsmuskulatur die Aufnahme von Nährstoffen in unserem Körper. Dieses Zusammenspiel der Muskulatur hat wesentliche Konsequenzen auf den täglichen Mikronährstoffbedarf.

Das Körperbild und die daraus resultierende muskuläre Beschaffenheit dienen als Ausgangslage, um eine Spannungssituation im Körper zu erkennen. Es wird eine Körperhaltungsanalyse durchgeführt und im Anschluss werden Möglichkeiten besprochen, wie die Fehlhaltung positiv beeinflusst werden kann, damit sich der erhöhte Muskeltonus wieder normalisiert. Eine erhöhte Gesamtkörperspannung führt unweigerlich zu einem erhöhten Mikronährstoffbedarf, der selbst durch eine gezielte Supplementation nur sehr schwer auszugleichen ist. Ein zu hoher Spannungszustand in bestimmten Muskelgruppen kann sogar die Aufnahme von Mikronährstoffen verhindern. Deshalb ist es notwendig diesen Zusammenhang zu erkennen und geeignete Maßnahmen zu setzen, um den normalen physiologischen Zustand wieder herstellen zu können. Erst dann steht einer optimalen Mikronährstoffaufnahme nichts mehr im Wege.

Ihr Kompetenzerwerb

Nach diesem Seminar sind Sie in der Lage zu erkennen, ob jemand eine erhöhte Grundkörperspannung aufweist, die zu einem erhöhten Nährstoffbedarf führen kann. Sie können unterscheiden, ob dieses Spannungsmuster aufgrund einer Fehlhaltung, eines zu hohen Stresslevels oder einer Kombination aus beiden entstanden ist. Weiters werden Ihnen Therapiemöglichkeiten gezeigt, welche die Mikronährstoffaufnahme optimieren und somit zu einer besseren Körperhaltung führen.

Methodik

- Mediengestützter interaktiver Fachvortrag
- Fallbeispiele
- Beispiele aus der Praxis
- Praktische Anwendungsbeispiele



DR. MED. UNIV. ROBERT KOCHER
Facharzt für Chirurgie & Unfallchirurgie

Dr. Robert Kocher ist Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie. Durch die weitreichende Erfahrung im Bereich der Sportmedizin entwickelte Dr. Kocher gemeinsam mit Univ.-Doz. Dr. med. univ. Ernst Bernhard Zwick ein ganz eigenes innovatives Konzept zur individualisierten Sportlerentwicklung durch physiologisch optimierte Trainingssteuerung, kurz ISPOT.



UNIV.-DOZ. DR. MED. UNIV. ERNST BERNHARD ZWICK
Facharzt für Orthopädie und Kinderorthopädie

Dr. Zwick ist Facharzt für Orthopädie und Kinderorthopädie, wobei er sich auf die Betreuung von Amateuren und (Hoch)Leistungssportlern, akute Funktionsprobleme am Bewegungsapparat, Golf-Medizin und Bewegungsanalysen spezialisiert hat. Seine langjährige Arbeit, die operative Tätigkeit und eine Vielzahl an erweiterten Ausbildungen haben ihm gezeigt, dass nachhaltige Erfolge nur durch eine ganzheitliche Betrachtungsweise möglich sind.

Biogena Akademie GmbH

Schottenfeldgasse 22, A-1070 Wien

Part of the
Biogena Group 

T +43 1 522 41 82, F +43 1 522 41 82-1791

info@biogena-akademie.com

www.biogena-akademie.com

