

## Aufwärts Physiotherapie

Physiotherapie  
Therapeutisches Klettern  
Fortbildungen

### Marina Müller

Schulhausgasse 16a  
3110 Münsingen  
079 824 48 58  
[www.aufwaerts-physio.ch](http://www.aufwaerts-physio.ch)  
[aufwaerts@physio-hin.ch](mailto:aufwaerts@physio-hin.ch)



KomplementärTherapie  
Therapeutisches Klettern

### Roseline Bestler

Bahnhofstrasse 86  
5000 Aarau  
032 510 88 34  
[www.bestler-practice.ch](http://www.bestler-practice.ch)  
[bodytherapy@bestler-practice.ch](mailto:bodytherapy@bestler-practice.ch)

## Titre / Titel :

## Escalade thérapeutique pour physiothérapeutes- cours bilingue ! Therapeutisches Klettern für PhysiotherapeutInnen- zweisprachiger Kurs!

### Description

C'est bientôt sur toutes les lèvres : l'escalade thérapeutique. Il suffit d'un mur de grimpe pas très haut pour pouvoir l'utiliser de façon très variée avec les patients/es et leur offrir une plus-value efficace en thérapie. Le cours complet de 3 jours contient beaucoup d'exercices et tâches à effectuer, que l'on peut directement transposer et utiliser sur un petit mur d'escalade. Dans la mesure où elles sont disponibles, nous tenons compte des données probantes issues d'études. Donc, vous-même vous bougerez beaucoup, vous ferez votre propre expérience et vous apprendrez bien les mouvements d'escalade. Tous les éléments et exercices se déroulent à proximité du sol et sans corde, l'escalade avec corde et la formation à cet effet ne font pas partie du cours.

### Objectifs (compétences à acquérir)

- Connaissances de base de l'escalade thérapeutique : indications / contre-indications, mécanismes d'efficacité, mesures de sécurité, achat et matériel d'un mur d'escalade, intégration dans le plan de traitement, études
- Exercices pour la mobilisation et stabilisation des articulations, gainage, amélioration de la posture et coordination « de la tête aux pieds » (orthopédie/rhumatologie/sport)
- Exercices pour l'amélioration de la sensibilité, équilibre, gainage spécifique et lors de spasticité (neurologie)
- Exercices pour l'amélioration de la performance cognitive, perception étendue et lors de troubles de comportement (neurologie/gériatrie/pédiatrie)
- Exercices ludiques au mur de grimpe thérapeutique (pédiatrie/groupes)
- Appliquer les exercices selon des cas pratiques de patients/es

### Public cible

Physiothérapeutes travaillant dans les domaines de la neurologie, rhumatologie/orthopédie, pédiatrie ou gériatrie. Mais aussi les ergothérapeutes et professionnels de la santé (thérapeutes sportifs, masseurs/masseuses méd. etc.) peuvent participer après consultation avec nos formatrices.

Des connaissances en escalade NE SONT pas requises !

## Dates du cours :

Jeudi 30 mai 2024 au samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

Heures : *Jeudi et vendredi de 9h00 – 12h30 et 13h15 à 17h00*

*Samedi de 9h00 – 16h00*

## Lieu du cours :

Salle d'escalade Kraftreaktor Lenzburg

Hammermattenstrasse 18

5600 Lenzburg

[www.kraftreaktor.ch](http://www.kraftreaktor.ch)

## Formatrices :

Marina Müller, Physiothérapeute dipl., Master Neuroréhabilitation, Thérapie manuelle CAS, Instructrice ASSE (anciennement CIME) pour l'escalade indoor

Roseline Bestler, Thérapeute Complémentaire avec dipl. féd., Orthonomie Fonctionnelle Intégration (FOI), Escalade thérapeutique selon Hajo Friederich

## Coûts (y compris documentation, entrée et matériel de grimpe dans la salle d'escalade)

CHF 660.- y compris les documents d'enseignement et en plus 3x CHF 25.- pour l'entrée journalière ainsi que le matériel de location (p. ex. chaussons d'escalade) pour la salle d'escalade = **CHF 735.-**

## Nombre de participants

La taille du groupe est de 12-16 participants

## Inscription

Jusqu'au 16.04.2024 au moyen du formulaire online sur [www.physiobern.info](http://www.physiobern.info)

Veuillez également indiquer dans quelle langue (français/allemand) vous aimeriez recevoir le cours.

**Conditions :** Les inscriptions seront prises en considération d'après leur date d'entrée. Votre inscription écrite sera confirmée dans les 10 jours. Lors du dépassement du nombre de participants, vous serez placé/e sur la liste d'attente. Avec la confirmation de l'inscription vous recevrez les données bancaires pour le paiement des coûts du cours. Le montant est dû au plus tard lors du délai d'inscription. Si ceci ne devait pas être le cas, votre place sera attribuée à une autre personne par le secrétariat du cours. Voir les conditions légales en annexe pour les frais d'annulation.

## Aufwärts Physiotherapie

Physiotherapie  
Therapeutisches Klettern  
Fortbildungen

**Marina Müller**  
Schulhausgasse 16a  
3110 Münsingen  
079 824 48 58  
www.aufwaerts-physio.ch  
aufwaerts@physio-hin.ch



KomplementärTherapie  
Therapeutisches Klettern

**Roseline Bestler**  
Bahnhofstrasse 86  
5000 Aarau  
032 510 88 34  
www.bestler-practice.ch  
bodytherapy@bestler-practice.ch

**Titel :**

## **Escalade thérapeutique pour physiothérapeutes- cours bilingue ! Therapeutisches Klettern für PhysiotherapeutInnen- zweisprachiger Kurs!**

### **Beschreibung**

Inzwischen ist es in aller Munde: Therapeutisches Klettern. Eine kleine, raumhohe Wand genügt, um sie vielseitig mit PatientInnen zu nutzen und ihnen einen echten Mehrwert in der Therapie bieten zu können. Während des gesamten, 3--tägigen Kurses werden wir viele Übungen und Aufgabenstellungen kennenlernen, die man direkt an eine kleine Kletterwand übertragen und anwenden kann. Soweit vorhanden berücksichtigen wir hier Evidenzen aus Studien. Dabei kommt ihr auch selbst viel in Bewegung, macht Selbsterfahrung und lernt die Kletterbewegungen gut kennen. Alle Inhalte und Übungen findet bodennah und ohne Seilsicherung statt, Seilklettern und die Ausbildung hierfür sind nicht Bestandteile des Kurses.

### **Ziele (zu erwerbende Kompetenzen)**

- Kenntnis der Grundlagen des Therapeutischen Kletterns: Indikationen/ Kontraindikationen, Wirkmechanismen, Sicherheitsmassnahmen, Kauf und Ausstattung einer Kletterwand, Integration in Behandlungsplan, Studienlage
- Übungen zur Gelenkmobilisation und –stabilisation, Kräftigung, Verbesserung der Haltung und Koordination „von Kopf bis Fuss“ (Orthopädie/Rheumatologie/Sport)
- Übungen zur Verbesserung der Sensibilität, des Gleichgewichts, spezifischen Kräftigung und bei Spastizität (Neurologie)
- Übungen zur Verbesserung kognitiver Leistungen, der Raumwahrnehmung und bei Verhaltensauffälligkeiten (Neurologie/Geriatrie/Pädiatrie)
- Spielerische Übungen an der Therapeutischen Kletterwand (Pädiatrie, Gruppen)
- Anwenden der Übungen bei praktischen Patientenbeispielen

### **Zielpublikum**

PhysiotherapeutInnen, die im neurologischen, rheumatologisch/orthopädischen, pädiatrischen oder geriatrischen Bereich tätig sind; auch ErgotherapeutInnen und andere Gesundheitsfachpersonen (SporttherapeutInnen, med. MasseurInnen etc.) können nach Rücksprache teilnehmen.

Vorkenntnisse im Klettern sind NICHT notwendig!

## Kursdaten

Donnerstag, 30.5.2024 bis Samstag 01.06.2024

*Kurszeiten: Donnerstag und Freitag 9.00-12.30 und 13.15-17.00 Uhr  
Samstag 09.00-16.00 Uhr*

## Ort der Veranstaltung

Kletterhalle Kraftreaktor Lenzburg  
Hammermattenstrasse 18  
5600 Lenzburg  
www.kraftreaktor.ch

## Kursleiterinnen:

Marina Müller, dipl. Physiotherapeutin, MSc Neurorehabilitation, CAS Manuelle Therapie, VSBK (ehemals IGKA)-Instruktorin für Indoor-Klettern  
Roseline Bestler, KomplementärTherapeutin mit eidg. Dipl., Funktionelle Orthonomie Integration (FOI), Therapeutisches Klettern nach Hajo Friederich

## Kosten

CHF 660 inklusive Unterrichtsunterlagen, zuzüglich 3x Tageseintritt und Mietmaterial Kletterhalle à CHF 25.- = **CHF 735.-**

## Teilnehmerzahl

Die Gruppengrösse beträgt 12-16 TeilnehmerInnen.

## Anmeldung

Bis 16.04.2024 mit dem Onlineformular auf [www.physiobern.info](http://www.physiobern.info)

Bitte geben Sie die gewünschte Kurssprache (deutsch/französisch) an.

**AGB:** Die Anmeldungen werden nach dem Datum ihres Eingangs berücksichtigt. Ihre schriftliche Anmeldung wird innert 10 Tagen bestätigt. Beim Überschreiten der Teilnehmerzahl werden Sie auf die Warteliste gesetzt. Für die Begleichung der Kurskosten erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung die Kontonummer für die Einzahlung. Der Betrag muss spätestens, bis Ablauf der Anmeldefrist auf das Konto überwiesen sein. Sollte dies nicht der Fall sein, wird Ihr Platz durch das Kurssekretariat weitergegeben. Annullationsgebühren siehe Beilage Vertragsbestimmungen.