

# KURSPLAN REHA- UND GESUNDHEITSSPORT IN HALLE 3

Mit freundlicher Unterstützung von

**brainsport**  
DIGITAL AUF DEN PUNKT.

**NOVENTI myYolo**  
Papierloser Gesundheitssport.

**GESUNDHEITS  
CAMPUS**  
by therapie LEIPZIG

## DONNERSTAG, 8. MAI 2025

## FREITAG, 9. MAI 2025

## SAMSTAG, 10. MAI 2025

| ZEIT        | KURSELZT MÜNCHEN                                                                                                      | KURSELZT HAMBURG                                                                                  | KURSELZT DÜSSELDORF                                                                                                             | KURSELZT MÜNCHEN                                                                                | KURSELZT HAMBURG                                                                                              | KURSELZT DÜSSELDORF                                                                                      | KURSELZT MÜNCHEN                                                                       | KURSELZT HAMBURG                                                               | KURSELZT DÜSSELDORF                                                                    |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:30-09:45 | <b>K-01*</b>                                                                                                          | <b>K-02**</b>                                                                                     | <b>K-03</b>                                                                                                                     | <b>K-16</b>                                                                                     | <b>K-17**</b>                                                                                                 | <b>K-18</b>                                                                                              | <b>K-31*</b>                                                                           | <b>K-32</b>                                                                    | <b>K-33</b>                                                                            |
| 10:00-10:15 | Fitte Füße, gesunde Knie und ein bewegliches Hüftgelenk nach „Der bewegte Weg zur Achtsamkeit“                        | Ground based Movement<br>Nina Tölkemeier-Wolf                                                     | Sturzprophylaxe – Trampolin-Training bei Osteoporose<br>Anne Holz                                                               | 2. StuBS – Sturzprophylaxe durch Bewegung und Spaß in der Gruppe!<br>Friederike Ziganek-Soehlke | KAHA<br>Elisabeth Kutscha                                                                                     | Sanftes Beckenbodentraining mit dem bellicon Trampolin<br>Anne Holz                                      | Achtsames Beckenbodentraining im Reha-Sport für jedermann<br>Christiane Greiner-Maneke | Yoga mit dem Stuhl<br>Tami Helbing                                             | Trampolin-Training in der Pädiatrie – Kindern Freude an Bewegung schenken<br>Anne Holz |
| 10:30-10:45 | Christiane Greiner-Maneke                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 11:00-11:15 | <b>K-04</b>                                                                                                           | <b>K-05**</b>                                                                                     | <b>K-06</b>                                                                                                                     | <b>K-19</b>                                                                                     | <b>K-21</b>                                                                                                   | <b>K-20**</b>                                                                                            | <b>K-34**</b>                                                                          | <b>K-35</b>                                                                    | <b>K-36</b>                                                                            |
| 11:30-11:45 | Dynamic Train(R)ing<br>Heike Oellerich                                                                                | Rotationsbewegungen und Bewegungen über die volle ROM für gesunde Gelenke<br>Nina Tölkemeier-Wolf | 1. SpaS Sport und Bewegungstherapie in Gruppen nach Schlaganfall u. and. neurol. Erkrankungen ...<br>Friederike Ziganek-Soehlke | Cupping gegen Gewebestress<br>Heike Oellerich                                                   | Yoga mit dem Stuhl<br>Tami Helbing                                                                            | Starke Hüften – Gesunder Rücken<br>Elisabeth Kutscha                                                     | Gute Atmung für einen entspannten Rücken<br>Katharina Gabriel                          | Ganzheitliches Mobility- & Beweglichkeitstraining im Rehasport<br>Tami Helbing | Yoga & Cupping – eine geniale Kombination<br>Miriam Wessels                            |
| 12:00-12:15 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 12:30-12:45 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 13:00-13:15 | <b>K-07**</b>                                                                                                         | <b>K-08</b>                                                                                       | <b>K-09</b>                                                                                                                     | <b>K-22</b>                                                                                     | <b>K-24</b>                                                                                                   | <b>K-23</b>                                                                                              | <b>K-37**</b>                                                                          | <b>K-38</b>                                                                    | <b>K-39</b>                                                                            |
| 13:30-13:45 | Achtsamkeit, bewegte Achtsamkeit und Embodiment integriert in der Neuen Rückenschule 2.0<br>Christiane Greiner-Maneke | Mit Pilates zielgerichtet gegen Osteoporose & Osteopenie arbeiten<br>Kristina Dietrich            | Rehasport im Flow<br>Wiebke Dehne                                                                                               | Beckenbodentraining mal anders!<br>Heike Oellerich                                              | Ganzheitliches Mobility- & Beweglichkeitstraining im Rehasport<br>Tami Helbing                                | Stundenaufbau und Differenzierung zur gezielten Kräftigung im Reha- und Seniorensport<br>Michael Helbing | Elastische Schultern, Beweglicher Nacken<br>Katharina Gabriel                          | Leitbahnen: Die Power der Kraftübertragungswege<br>Heike Oellerich             | Pilates in der Prävention<br>Stefanie Rahn                                             |
| 14:00-14:15 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 14:30-14:45 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 15:00-15:15 | <b>K-10</b>                                                                                                           | <b>K-11**</b>                                                                                     | <b>K-12</b>                                                                                                                     | <b>K-25</b>                                                                                     | <b>K-26*</b>                                                                                                  | <b>K-27</b>                                                                                              | <b>K-40</b>                                                                            | <b>K-41</b>                                                                    | <b>K-42</b>                                                                            |
| 15:30-15:45 | PREhabilitation vor Schulteroperationen<br>Joachim Fleichaus                                                          | Beckenboden meets Entspannung<br>Nadine Holzapfel                                                 | Gesunde Bandscheiben: Wirbelsäulengymnastik auf dem bellicon Trampolin<br>Christian Köhler                                      | Haltung und die Bedeutung der Bewegung<br>Petra Heck                                            | Achtsamkeit im Reha-Sport<br>Christiane Greiner-Maneke                                                        | Mehr Schwung für das Lymphsystem – bellicon Trampolin bei Lymph- und Lipödem<br>Christian Köhler         | RückenFit – Kraft – Das ZPP zertifizierte VPT Konzept<br>Joachim Fleichaus             | Die Füße – leistungsfähig und doch vernachlässigt<br>Timo Reiff                | Sporttherapie – das bellicon Minitrampolin als vielseitiges Gerät<br>Christian Köhler  |
| 16:00-16:15 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 16:30-16:45 | <b>K-13</b>                                                                                                           | <b>K-14**</b>                                                                                     | <b>K-15</b>                                                                                                                     | <b>K-28</b>                                                                                     | <b>K-29*</b>                                                                                                  | <b>K-30</b>                                                                                              |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 17:00-17:15 | PREhabilitation für Hüft- und Knieoperationen<br>Joachim Fleichaus                                                    | Stabi & Core<br>Nadine Holzapfel                                                                  | Mobilität in der Hüfte – im Training, für den Alltag – mit spiraldynamischen Impulsen<br>Edith Dane                             | Rückenschmerzen lindern durch eine starke Mitte<br>Stefanie Bergmayr                            | Bewegliche Schultern für eine gute Atmung nach „Der bewegte Weg zur Achtsamkeit“<br>Christiane Greiner-Maneke | Yoga Train(R)ing Stärke deine Faszien<br>Miriam Wessels                                                  |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 17:30-17:45 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |
| 18:00-18:15 |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                        |                                                                                |                                                                                        |

Änderungen vorbehalten

\* Empfehlung zur Anerkennung der ÜL-Lizenzverlängerung innerhalb der Strukturen des DBS mit 2 Lerneinheiten.

\*\* Mit der Teilnahme an der therapie LEIPZIG besteht die Möglichkeit bis zu 9 Lerneinheiten zur Verlängerung der BdR-Rückenschullizenz angerechnet zu bekommen.

Bei allen anderen Kursen können die Übungseinheiten für Lizenzverlängerungen bei entsprechenden Verbänden eingereicht werden.