

# Funktionelles und kinesiologisches Taping im Turnsport



**WANN:** Samstag, 7. April 2018

**UHRZEIT:** 10.00 – 16.00 Uhr (1h Mittagspause)

**WO:** Landessportzentrum Olympiaworld Innsbruck  
Olympiastraße 10, 6020 Innsbruck

**ZIELGRUPPE:** alle interessierten Personen, Mindestalter 16 Jahre

**KOSTEN:** 80€ (Tape wird zur Verfügung gestellt)

**MELDESCHLUSS:** 18. März 2018

**TEILNEHMERANZAHL:** Mind. 15 - Max. 25

**ANMELDUNG:** Über die ÖFT-Meldeplattform (<https://oeft.navportal.at/anmeldung>)  
rasch anmelden, die Plätze können frühzeitig ausgebucht sein

**REFERENT:** Bernhard Höller, BSc. (Physiotherapeut und  
Physiotherapeutischer Leiter von Physio I.O,  
Kunstturnstaatsmeister Boden Innsbruck 2009,  
Physiotherapeut des Kunstturn WM-Teams  
2017, Physiotherapeut des Kunstturn  
Nationalkaders)



**INHALT:** Der Kurs behandelt die häufigsten Verletzungen und Überlastungssymptome, die vor allem im Turnsport vorkommen können. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer soll einen Zugang zum Taping finden und einen Überblick bekommen, wann der Einsatz von Leukotape oder Kinesiotape sinnvoll ist und wie man einfache Tapes selber anlegt.

# Funktionelles und kinesiologisches Taping im Turnsport



Der praxisnahe Workshop beinhaltet unter anderem folgende Themen:

- Unterschiede, Wirkungsweisen und Anwendungsgebiete von Kinesio- und Leukotape
- Gelenke durch gezieltes Taping stabilisieren
- Taping als Unterstützung bei Überlastungen und div. Traumata
- Lymptaping

**Dieser Fortbildungskurs gilt zur Verlängerung der ÖFT – Übungsleiter-/Instruktoren-/Trainer- Lizenz**

**KONTAKT:** Franziska Rath - ÖFT Sportkoordinatorin  
[franziska.rath@oeft.at](mailto:franziska.rath@oeft.at), Tel. 01 505 51 79 11

**Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen und wünschen einen lehrreichen und interessanten Kurs!**