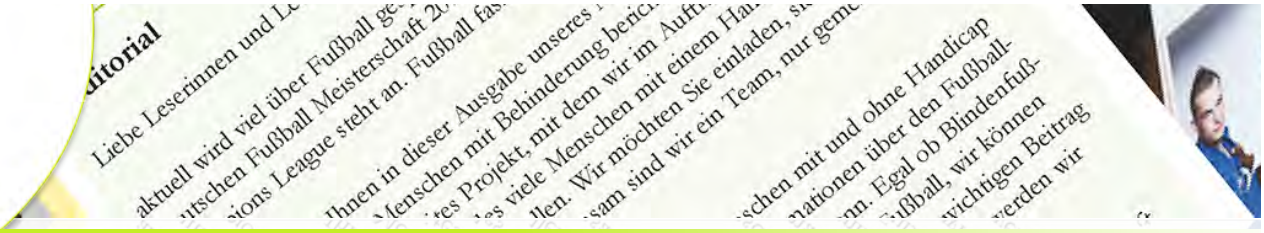


Newsletter der DBS-Akademie gGmbH

Ausgabe 05-2016

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

es ist uns eine große Freude und es erfüllt uns mit großem Stolz, dass wir hier auf unser 10-jähriges Jubiläum verweisen dürfen.

Am 21. April 2006 wurde die DBS-Akademie als gemeinnützige Gesellschaft in Steinfurt gegründet. Zu unseren zentralen Aufgaben zählt die Beratung und Unterstützung unserer Gesellschafter in den Bereichen Aus-, Fort- und Weiterbildung im Behindertensport.

Darüber hinaus bieten wir unseren Gesellschaftern und anderen Interessierten unsere Assistenz hinsichtlich der Konzeption, Durchführung, Moderation und Dokumentation von Veranstaltungen zum Thema Menschen mit Behinderung an.

In den vergangenen zehn Jahren haben wir in stets enger Abstimmung mit unseren Gesellschaftern mehr als 9.900 Menschen u. a. zu Übungsleitern B Rehabilitationssport ausbilden können. In unserem zehnten Jahr des Bestehens werden wir somit den 10.000sten Teilnehmer in einer unserer Ausbildungsmaßnahmen begrüßen dürfen. Es ist uns eine große Freude, dass wir in unserem Jubiläumsjahr eine so beeindruckende Anzahl an ausbildeten Menschen feiern dürfen.

Mit Stolz erfüllt es uns, dass wir mit unseren Ausbildungsmaßnahmen aktiv dazu beigetragen haben, dass unsere tausenden Teilnehmer ihre Lizenz im Bereich des Rehabilitationssports, aber auch des Breitensports, bei unseren Gesellschaftern, den Landesverbänden des Deutschen Behindertensportverbandes beantragen konnten. Und damit konnten und können Sie mehr Menschen mit einer Behinderung in neu geschaffenen, regelmäßig stattfindenden Bewegungs- und Sportangeboten „in Bewegung versetzen".

Es wird weiterhin unsere Philosophie sein, die Qualität der Aus- und Fortbildungsmaßnahmen zu steigern. Und gern wollen wir Ihnen auch in Zukunft ein Vorbild sein, in dem wir zeigen, dass Lernen Spaß machen kann und Bewegungsangebote einen unterhaltsamen bio-psycho-sozialen Ansatz beinhalten können.

Ludger Elling
Geschäftsführer der DBS-Akademie

Besondere Ausbildungsangebote für Physiotherapeuten

DBS-Akademie bietet mit der Lehrgangskombination „Orthopädie + Neurologie" den Erwerb von zwei Lizenzen an

Die DBS-Akademie bietet aktuell zwei Ausbildungsmaßnahmen an, in denen Physiotherapeuten bei erfolgreichem Abschluss der Ausbildungsmaßnahme sowohl die Übungsleiterlizenz B Rehabilitationssport in den Profilen Block 30 „Orthopädie" und Block 60 „Neurologie" erworben werden kann.

• 11. – 16.07.2016	Leipzig	Physio-09 „Orthopädie + Neurologie"
• 22. – 28.08.2016	Münster	Physio-12 „Orthopädie + Neurologie"

In den beiden Lehrgängen sind noch Ausbildungsplätze vorhanden. Interessierte finden die Ausschreibungen auf der Homepage der DBS-Akademie.

Inhalt

- Editorial
- Besondere Angebote für Physiotherapeuten
- Tipps aus der Praxis für die Praxis
- Neuer Sport – Neue Chance / Blindentennis erstmalig in Deutschland
- Termine

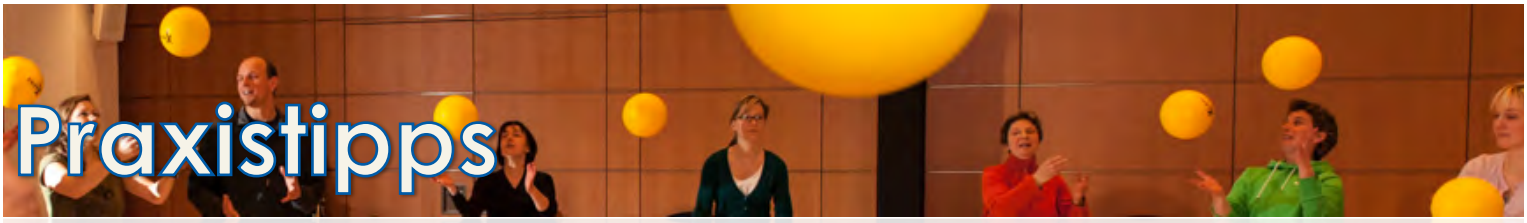
Veranstaltungen

Freie Ausbildungsplätze

- **Physio 2016-09 „Orthopädie + Neurologie"**
  11.-16.07.16
  Leipzig

- **Lehrer 2016-10**
  03.06.-05.06.16
  17.06.-18.06.16
  Münster

DBS-Akademie gGmbH – Vormannstraße 9 – 48565 Steinfurt / Tel.: 02552 6392847 / Fax: 02552 9944857 / email: info@dbs-akademie.de / www.dbs-akademie.de



Newsletter der DBS-Akademie gGmbH Ausgabe 05-2016

Tipps aus der Praxis für die Praxis

„Ihre Tipps für die Praxis“ sind uns willkommen - Reichen Sie uns Ihre Praxistipps ein

Hausaufgabenbild:	Übungsform...
	... in der Halle: Die Teilnehmer sitzen auf einem Hocker im Kreis oder der Bank nebeneinander. Ziel ist es, das ***frontale Armheben*** bei stabilem Rumpf durchzuführen. Wiederholungszahl und Intensität → sind dem Ziel anzupassen (Mobilisation oder Kräftigung), ggf. Hanteln oder Gymnastikband zur Differenzierung einsetzen. „Verpackung“: die Teilnehmer führen eine „Laola-Welle“ durch
	... zu Hause: Zu Hause sollen die Teilnehmer diese Übung auf der Couch beim Fernsehen durchführen. Der Oberkörper wird stabil nach vorne geneigt, um das ***frontale Armheben*** dann sauber durchzuführen. Auch hier entscheidet das Ziel über Intensität und Belastungsdauer. „Verpackung“: bei jeder neuen Werbung wird das frontale Armheben zwei bis drei Mal durchgeführt. „Verpackung zur Fußball-EM“: bei jedem Tor wird die Übung 8-10 Mal unter großem Jubel durchgeführt

Hausaufgabenbild:	Übungsform...
	... in der Halle: Die Teilnehmer stehen sich zu zweit gegenüber, die gegenüberliegenden Füße in dem gleichen Gymnastikband. Durch ***Hüftstreckung*** bei stabilem Rumpf wird die Gesäßmuskulatur angesprochen. 10-15 Wiederholungen, die sich in der Muskulatur des Gesäßes subjektiv „anstrengend“ anfühlen. „Verpackung“: Die Teilnehmer zählen bei der Durchführung in 3er Schritten von 36 runter.
	... zu Hause: Zu Hause sollen die Teilnehmer diese Übung an einem Stuhl stehend durchführen. Der Oberkörper wird stabil gehalten, während die ***Hüftstreckung*** sauber durchgeführt wird. Die subjektive Intensität soll auch hier in 10-12 Wiederholungen „anstrengend“ sein. „Verpackung“: beim Tisch abräumen zunächst die Gesäßübung durchführen. „Verpackung zur Fußball-EM“: bei jedem Pass wird die Übung 1 Mal durchgeführt – Beinwechsel vor Spannung nicht vergessen

DBS-Akademie gGmbH – Vormannstraße 9 – 48565 Steinfurt / Tel.: 02552 6392847 / Fax: 02552 9944857 / email: info@dbs-akademie.de / www.dbs-akademie.de

Newsletter der DBS-Akademie gGmbH Ausgabe 05-2016

Neuer Sport – Neue Chance! / Blindentennis erstmalig in Deutschland

Ein Beitrag der Teilnehmerin Christiane Kaplan (39 Jahre, vollblind)

Ich habe einmal geschrieben, dass jeder Blinde, der sich von der Couch zum Sport bewegen lässt, die Anstrengung wert ist. Ich selbst weiß, dass man sich mit Befürchtungen quält wie der Angst sich zu verlaufen, der Gefahr stehen gelassen zu werden, seinen Stock oder die Toilette nicht zu finden, wenn man zum Sport geht. Erste Maßnahme also: Ansprechen was hemmen könnte.

So geschehen im ersten deutschen Blindentennisworkshop in Köln, der von der Gold-Kraemer-Stiftung ausgerichtet wurde, unterstützt von dem deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband (DBSV), der Aktion Mensch, dem Deutschen Tennisbund (DTB) und dem Deutschen Behindertensportverband (DBS).

Es ist zu erwähnen, dass Blindentennis der erste Blindensport ist, bei dem der Ball tatsächlich springt und fliegt. Dieser in unserem Land noch junge Sport verspricht ein „dynamischer Multitasker“ zu werden. Man lernt Orientierung im freien und zugleich begrenzten Raum und man lernt, kontrollierte, aber trotzdem kraftvolle Bewegungen auszuführen. Und ja, es „braucht“ eine Menge Koordination, wie eben im richtigen Tennis.

Selbst der Aufschlag von oben funktioniert, wenn man den Ball in einer Hand festhält und nicht wirft. Die Regeln sind fast die gleichen, und es ist sogar möglich, einen sehenden und einen blinden Spieler im Mixed antreten zu lassen.

Der Blindentennisball ist ein Softball mit einem klappernden Element im Innern. Er tut nicht weh wenn man „abgeschossen“ wird, und er ist gut hörbar, wenn der Ball auf dem Boden aufkommt. Der Ball darf für einen Vollblinden dreimal aufkommen, bevor er ihn returnieren muss, für einen Sehbehinderten zweimal. Ein Blinder spielt auf einem Kleinfeld, ein Sehbehinderter auf dem mittleren bis großen.

Noch zwei Besonderheiten: Die Linien auf dem Blindenfeld sind taktil, und die Schläger sind meist Kinderschläger, damit man mehr Kontrolle über den Ball hat, der ohnehin nicht sehr hoch springt.

Anmerkung der DBS-Akademie: Die DBS-Akademie hatte ebenfalls eine Teilnehmerin, die selber Tennisspielerin ist, zu der Veranstaltung entsandt. Gern werden wir zukünftig mit inklusiven Veranstaltungen aktiv dazu beitragen, die Sportart in Deutschland bekannter zu machen.

Kommunikation

Anschrift:	**DBS-Akademie gGmbH - Vormannstraße 9 - 48565 Steinfurt**
Telefon:	**02552 – 6392847**
Fax:	**02552 – 9944857**
Geschäftszeiten:	**Mo. - Do.: 08.00 – 12.00 Uhr/13.00 – 16.30 Uhr und Fr. 08.00 – 13.00 Uhr**
Homepage	www.dbs-akademie.de

Kontakte

Geschäftsstelle	info@dbs-akademie.de	Ludger Elling	lelling@dbs-akademie.de
Tamara Bergmann	tbergmann@dbs-akademie.de	Janne Egberts	jegberts@dbs-akademie.de
Markus Eggert	meggert@dbs-akademie.de	Sylvia Hof	shof@dbs-akademie.de
Tonja Ibenthal	tibenthal@dbs-akademie.de	Ralf Kuckuck	rkuckuck@dbs-akademie.de
Joe Rabe	jrabe@dbs-akademie.de	Petra Wüstner-Michels	pmichels@dbs-akademie.de

Impressum

DBS-Akademie gGmbH
Vormannstraße 9
48565 Steinfurt
Tel: 02552 - 6392847
Fax: 02552 - 9944857
Email: info@dbs-akademie.de
Redaktion: Ralf Kuckuck
Fotos: DBS-Akademie

Termine

Newsletter der DBS-Akademie gGmbH

Ausgabe 05-2016

Lehrgänge für Physiotherapeuten

Datum & Ort	Titel	Frist	Kosten
11.-16.07.16 Leipzig	Physio 2016-09 **"Orthopädie + Neurologie"**	16.06.16	675.- € inkl. Verpflegung ohne Übernachtung
01.-05.08.16 Münster	Physio 2016-10 **"Orthopädie "**	15.07.16	775.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)
15.-19.08.16 Bielefeld	Physio 2016-11 **"Orthopädie"**	24.07.16	575.- € inkl. Verpflegung ohne Übernachtung
22.-28.08.16 Münster	Physio 2016-12 **"Orthopädie + Neurologie"**	25.07.16	1.025.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)
07.-11.10.16 Leipzig	Physio 2016-13 **"Orthopädie"**	03.09.16	575.- € inkl. Verpflegung ohne Übernachtung

Lehrgänge für Lehrer

Datum & Ort	Titel	Frist	Kosten
04.-08.07.16 Münster	Lehrer 2016-05 **"Orthopädie"**	25.06.16	775.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)
03.-05.06.16 17.-18.06.16 Münster	Lehrer 2016-10 **"Orthopädie"**	24.05.16	775.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)
08.-12.08.16 Münster	Lehrer 2016-06 **„Orthopädie“**	15.07.16	775.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)

Lehrgänge für Fitnesstrainer

Datum & Ort	Titel	Frist	Kosten
18.-22.07.16 01.-04.08.16 Münster	Fitness 2016-03 **„Orthopädie“**	01.07.16	1.500.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)
22.-26.07.16 05.-07.08.16 Leipzig	Fitness 2016-04 **„Orthopädie“**	24.06.16	1.050.- € inkl. Verpflegung ohne Übernachtung
26.-30.09.16 04.-07.10.16 Münster	Fitness 2016-05 **„Orthopädie“**	25.08.16	1.500.- € inkl. Verpflegung und Übernachtung (DZ)

Weitere Ausschreibungen und Informationen finden Sie hier

DBS-Akademie gGmbH

Lehrgangsorte u. a.

DJK-Sportschule Münster
Grevener Str. 125
48159 Münster
www.djk-sportschule.de

Haus des Behindertensports
Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband NRW (BRSNW)
Winterberg-Langewiese
www.brsnw.de

Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband NRW (BRSNW)
Sportschule Wedau
Friedrich-Alfred-Str.10
47055 Duisburg
www.brsnw.de