



Gesundheit

After Work Lectures

Vibrationstraining – Vorteil der schnellen, repetitiven Bewegung in der Physiotherapie

Pascual Brunner
MSc ETH Bew.-wiss. und Sport

Dienstag 17. März 2015, 17:30 – 18:30 Uhr
Hörsaal TN E0.46, Technikumsstrasse 71, Winterthur



Gesundheit

Technikumstrasse 71
Postfach
CH-8401 Winterthur

Telefon +41 58 937 63 02
Fax +41 58 935 63 02

E-Mail info.gesundheit@zhaw.ch
Web www.gesundheit.zhaw.ch



Pascual Brunner

MSc ETH Bew.-wiss. und Sport

Vibrationstraining – Vorteil der schnellen, repetitiven Bewegung in der Physiotherapie

Seit 2000 ist das Vibrationstraining ein Fitness Hype. Fachpersonen aus dem Gesundheitswesen, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Ärztinnen und Ärzte haben bis heute erkannt, dass die anhaltenden Beauty-Versprechungen nicht haltbar sind und stehen dem Thema skeptisch gegenüber. Dabei wird das Potential des Vibrationstrainings verkannt.

In den letzten 15 Jahren haben Forschungsprojekte zum Thema Vibrationseinwirkung auf Zellen, Tiere und Menschen exponentiell zugenommen. Pro Jahr erscheinen weltweit rund 1000 Publikationen. Das Forschungsinteresse ist gross, jedoch fallen die praktischen Erfolge verhalten aus! Warum?

In seinem Referat erläutert Pascual Brunner die Komplexität und Zusammenhänge der Vibrationserzeugung, der Vibrationsein- und deren Weiterleitung im Körper. Dafür ist die Kenntnis sowie zielgerichtete Anwendungskompetenz von 18 Steuergrössen notwendig. In über 10'000 Publikationen wird von einer zuverlässigen Wirkung von Vibrationen gesprochen, wenn sie richtig dosiert im Zielbereich ankommen. Anhand der biomechanischen und physiologischen Grundlagen des Vibrationstrainings zeigt der Referent die Wichtigkeit, Effektivität und Effizienz von Vibrationen bei degenerativen Veränderungen auf.

Pascual Brunner absolvierte einen Master in Bewegungswissenschaften und Sport ETH Zürich und arbeitet seit 10 Jahren mit Vibrationsplatten. Er ist Mitbegründer der Firma wellvave.net, ein ETH Spin-off, das sich auf die Anwendung von Vibrationstraining in Sport, Prävention und Rehabilitation spezialisiert hat.

Dienstag, 17. März 2015, 17:30 – 18:30 Uhr
Hörsaal TN E0.46, Technikumstrasse 71, Winterthur