

Workshop

„Neurozentrierte Therapie bei Nackenschmerzen“

Zielgruppe:

- Hast du auch häufig Patient:innen mit Nackenschmerzen und Nackenverspannungen?
- Du möchtest einen ganzheitlichen und globalen Ansatz kennenlernen, um schnell, effektiv und nachhaltig diese Symptome zu lösen und den Menschen langfristig zu einem aktiveren Leben verhelfen?
- Du möchtest deine Expertise und deinen Werkzeugkoffer für deine tägliche Praxis erweitern, um deinen Patient:innen noch umfangreicher helfen zu können?
- Du hast schon einmal von Neuroathletik / Neurozentrierten Training gehört, findest es spannend und würdest es gerne in deine Therapie integrieren?

Voraussetzungen:

Für die Teilnahme am Webinar gibt es keine Voraussetzungen und Zulassungsbeschränkungen.

Beschreibung:

- Wieso solltest du das gesamte Nervensystem für eine umfangreiche, effektive und ganzheitliche Therapie sowie den Aufbau eines individuellen langfristigen Trainings berücksichtigen?
- Wie kannst du Neurozentriertes Training in der Behandlung von Nackenschmerzen und Nackenverspannungen integrieren?
- Lerne die Bedeutung von Bedrohung und Sicherheit für unser Nervensystem als wichtigste Grundlage für individuelle und effektive Therapie und Trainingsintervention kennen
- Integriere zielführende Neurozentrierte Strategien wie okulomotorisches und vestibuläres Training, motorisches Kontrolltraining der Wirbelsäule und weitere Techniken bei Nackenschmerzen und Nackenverspannungen kennen
- Erfahre die strukturierte Anwendung dieses Ansatzes basierend auf dem Neuro Performance Therapiekonzept
- Lerne einen klaren und strukturierten Plan und Prozess zur Integration des Neurozentrierten Ansatzes bei Nackenschmerzen und Nackenverspannungen

Inhalte des Webinars

- Was ist neurozentriertes Training / Neuroathletik?
- Wie kann der Ansatz bei Nackenschmerzen integriert werden?
- Neurophysiologische und neuroanatomische Grundlagen
- Okulomotorisches und vestibuläres Training
- Motorisches Kontrolltraining
- Test- und Therapieprotokoll für die Anwendung des Neurozentrierten Ansatzes
- Effektive Übungen aus dem neurozentrierten Ansatz

Webinarleitung:

Jannik Schuster: Neuroathletik Coach, Neurozentrierter Schmerz- und Bewegungstherapeut, Sportwissenschaftler (M.Sc., PhD in Arbeit) und Dozent

info@neuro-performance-coaching.de

www.neuro-performance-coaching.de

Tel: +49 170 9921276

Auszug aus der Literaturliste

Aggarwal, A., Thakur, J., & Palekar, T. J. (2024). Effect of oculomotor exercises in patients with non-specific chronic neck pain and associated visual complaints. *Hong Kong Physiotherapy Journal*, 44(01), 21-27.

Canlı, K., Demirkıran, G., & Can, F. (2025). The efficiency of tactile discrimination training and oculomotor exercises in people with chronic neck pain: a randomized controlled trial. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 26(1), 1-13.

Hürer, C., & Erden, Z. (2024). Do Oculomotor Exercises Added to Classical Physiotherapy Contribute to Pain Intensity, Range of Motion, Activation of Deep Flexor Muscle and Function in Participants with Chronic Neck Pain?. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 11(3), 158-170.

Esteves, M. (2023). The impact of chronic neck pain on oculomotor performance during near point convergence and Fitts's tasks.

Zaidi, S., Khan, S. A., Zaki, S., Sundus, H., Alam, M. F., & Nuhmani, S. (2025). Effectiveness of sensorimotor training on pain, cervical joint position sense, range of motion, balance, and disability in chronic neck pain: A systematic review. *Heliyon*, 11(10).

Abdel-Aal, N. M., ElKeblawy, M. A., & Amine, R. A. M. (2024). Effectiveness of eye-cervical re-education versus motor imagery therapy on chronic neck pain: A randomized controlled trial. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 6-6.

Cetin, H., Kose, N., & Oge, H. K. (2022). Virtual reality and motor control exercises to treat chronic neck pain: a randomized controlled trial. *Musculoskeletal Science and Practice*, 62, 102636.

Khosrokiani, Z., Letafatkar, A., & Gladin, A. (2022). Lumbar motor control training as a complementary treatment for chronic neck pain: a randomized controlled trial. *Clinical Rehabilitation*, 36(1), 99-112.

Rampazo, É. P., da Silva, V. R., de Andrade, A. L. M., Back, C. G. N., Madeleine, P., Arendt-Nielsen, L., & Liebano, R. E. (2021). Sensory, motor, and psychosocial characteristics of individuals with chronic neck pain: a case control study. *Physical therapy*, 101(7), pzab104.

Simoni, G., Bozzolan, M., Bonnini, S., Grassi, A., Zucchini, A., Mazzanti, C., ... & Da Roit, M. (2021). Effectiveness of standard cervical physiotherapy plus diaphragm manual therapy on pain in patients with chronic neck pain: A randomized controlled trial. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 26, 481-491.

Mosallaiezadeh, S., Tajali, S. B., Shadmehr, A., & Moghadam, B. A. (2022). Effects of Combining Diaphragmatic Exercise with Physiotherapy on Chronic Neck Pain: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Modern Rehabilitation*.

Yang, J., Yang, M., Lin, Q., Fu, J., & Xi, R. (2022). Effects of isometric training on the treatment of patients with neck pain: A meta-analysis. *Medicine*, 101(39), e30864.

Bharti, N., Ahmed, H., Hasan, S., Iqbal, A., Uddin, S., Ahamed, W. M., ... & Alghadir, A. H. (2024). Efficacy of Scapular Functional and Cervical Isometric Exercises in the Management of Chronic Mechanical Neck Pain: A Randomized Comparative Trial. *Pain Research and Management*, 2024(1), 5873384.