

Workshop

„Vestibuläres Training – Balance, Schwindel, Sturzprophylaxe ... und vieles mehr“

Zielgruppe:

- Dir begegnen in der Therapie häufig Schwindel, Migräne, Gangunsicherheit, Stabilitätseinschränkungen oder Stürze?
- 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 suchst nach einem einfachen und effektiven Tool, um die Balance und Haltung deiner Patient:innen zu verbessern?
- 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 vestibuläres Training sinnvoll und effektiv in der Therapie integrieren
- Wie du durch einfache Übungen die Balance, Haltung und Stabilität deiner Patient:innen verbesserst
- Lerne die Anatomie und Physiologie des vestibulären Systems kennen
- Du lernst effektive vestibuläre Übungen und Möglichkeiten zur individuellen Anwendung kennen
- Lerne einen klaren und strukturierten Plan und Prozess zur Integration des vestibulären Systems in der Therapie

Inhalte des Webinars

- Was ist neurozentriertes Training / Neuroathletik?
- Wie kann vestibuläres Training umgesetzt werden
- Neurophysiologische und neuroanatomische Grundlagen
- Anatomie und Physiologie des vestibulären Systems
- Strukturierte Anwendung des Neuro Performance Therapiekonzepts
- Einfache und effektive vestibuläre Übungen
- 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

Han, B. I. (2021). Vestibular rehabilitation therapy: review of indications, mechanisms, and key exercises. *Simplified Vestibular Rehabilitation Therapy*, 1-16.

Tramontano, M., Russo, V., Spitoni, G. F., Ciancarelli, I., Paolucci, S., Manzari, L., & Morone, G. (2021). Efficacy of vestibular rehabilitation in patients with neurologic disorders: a systematic review. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 102(7), 1379-1389.

Kontos, A. P., Eagle, S. R., Mucha, A., Kochick, V., Reichard, J., Moldovan, C., ... & Collins, M. W. (2021). A randomized controlled trial of precision vestibular rehabilitation in adolescents following concussion: preliminary findings. *The Journal of pediatrics*, 239, 193-199.

Balci, B., & Akdal, G. (2022). Outcome of vestibular rehabilitation in vestibular migraine. *Journal of Neurology*, 269(12), 6246-6253.

Kalderon, L., Kaplan, A., Wolfowitz, A., Levy-Tzedek, S., & Gimmon, Y. (2024). Barriers and facilitators of vestibular rehabilitation: patients and physiotherapists' perspectives. *Journal of Neurologic Physical Therapy*, 48(3), 140-150.

do Amaral, C. M. S., de Almeida, S. B., de Almeida, R. P., do Nascimento, S. L., Ribeiro, R. M., & Braganeto, P. (2024). Effectiveness of vestibular rehabilitation on postural balance in Parkinson's disease: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC neurology*, 24(1), 161.

Calisgan, E., & Talu, B. (2024). The effect of vestibular and somatosensory rehabilitation in addition to early rehabilitation on balance after stroke: a randomized controlled trial. *Topics in Stroke Rehabilitation*, 31(7), 703-712.

Carender, W. J., Grzesiak, M., & Telian, S. A. (2021). Vestibular physical therapy and fall risk assessment. *Otolaryngologic clinics of North America*, 54(5), 1015-1036.

Zhou, J., Liu, B., Xu, J. F., Wang, F. B. H., Ye, H., Duan, J. P., & Cui, X. W. (2025). Home-based strength and balance exercises for fall prevention among older individuals of advanced age: a randomized controlled single-blind study. *Annals of Medicine*, 57(1), 2459818.

Khallaf, M., Jaber, H., Alameri, M., Magdy, D., Kamal, H., Hassanin, M., ... & Fayed, E. (2025). Effect of Vestibular-Oriented Balance Training on Postural Control and Risk of Fall in Patients With Parkinson's Disease. *Neurology Research International*, 2025(1), 6846267.

Cascardi, K. A., & Kopack, J. K. (2024). Balance Training and Vestibular Rehabilitation. In *Principles of Therapeutic Exercise for the Physical Therapist Assistant* (pp. 161-196). Routledge.

Moghadas Tabrizi, Y., Mansori, M. H., & Karimizadeh Ardakani, M. (2023). Postural control and risk of falling in people who are blind: The effect and durability of perturbation and vestibular exercises. *British Journal of Visual Impairment*, 41(3), 517-527.

Caccese, J. B., Santos, F. V., Yamaguchi, F. K., Buckley, T. A., & Jeka, J. J. (2021). Persistent visual and vestibular impairments for postural control following concussion: a cross-sectional study in university students. *Sports medicine*, 51, 2209-2220.

Smyth, D., Britton, Z., Murdin, L., Arshad, Q., & Kaski, D. (2022). Vestibular migraine treatment: a comprehensive practical review. *Brain*, 145(11), 3741-3754.