

E-Mail: [info@ag-praevention.de](mailto:info@ag-praevention.de)

Homepage: [www.arbeitsgemeinschaft-praevention.de](http://www.arbeitsgemeinschaft-praevention.de)

## **Stand Februar 2021**

### **KddR Rückenschul - Refresher**

#### **anerkannte Fortbildungen / Workshops:**

#### **Präambel zur Positivliste der KddR Refresherseminare:**

**Lt. Beschluss der KddR können Seminare als RS-Refresher anerkannt werden, die über einen Mitgliedsverband der KddR oder in enger Kooperation mit einem der Mitgliedverbände oder mit einem Kooperationspartner organisiert werden.**

**Die Refresher-Seminare müssen einen Umfang von mindestens 15 UE aufweisen. Die Schwerpunkte der Seminarinhalte müssen mit den Inhalten des KddR-Rückenschulkonzepts kompatibel sein. Eine Addition von jeweils 8 UE ist möglich, das bedeutet 2 Refresher jeweils als Tagesworkshop.**

**Der Adressatenbezug des ausgeschriebenen Refresher-Kurses muss der durch die KddR vorgegebenen Adressatengruppe entsprechen.**

**Nach Vorgaben der KddR ist die neue Rückenschule keine Therapie und aus diesem Grund können auch nur ganz wenige Kurse mit therapeutischem Ansatz für die Lizenz genutzt werden (vgl. Trennschärfe).**

**Therapeutisch ausgerichtete Refresher-Kurse müssen daher gruppenkompatibel sein. Ansonsten können sie nicht anerkannt werden.**

**In der Ausschreibung muss deutlich werden, dass die Teilnehmenden der angesprochenen Zielgruppe grundsätzlich in der Lage sind mindestens 30 Minuten an einem gruppenspezifischen Bewegungsprogramm ohne Beschwerdeverschlechterung teilnehmen zu können.**

**Kurse müssen daher gruppenkompatibel sein. Ansonsten können sie nicht anerkannt werden.**

**In der Ausschreibung muss deutlich werden, dass die Teilnehmenden der angesprochenen Zielgruppe grundsätzlich in der Lage sind mindestens 30 Minuten an einem gruppenspezifischen Bewegungsprogramm ohne Beschwerdeverschlechterung teilnehmen zu können.**

**Wichtig:**

**Laut Beschluss der KddR können nur Seminare als RÜS-Refresher anerkannt werden, die über einen Mitgliedsverband der KddR oder in enger Kooperation mit einem der Mitgliedsverbände organisiert wurden.**

**Zur Verlängerung der Rückenschullehrerlizenz können nur Refresherseminare anerkannt werden, die einen engen Zusammenhang zur Neuen Rückenschule haben, sich ausdrücklich an den Zielen und Inhalten der KddR-Rückenschule orientieren und eine Vertiefung, oder Ergänzung der Inhalte des KddR-Curriculums darstellen.**

Diese Positivliste zur Verlängerung der Rückenschullehrer-Lizenz, beinhaltet Seminare, die von der AG-Prävention anerkannt sind bzw. anerkannt werden können.

Seminare, die die oben genannte Voraussetzung erfüllen und in dieser Liste nicht aufgeführt sind, können von der AG-Prävention dann anerkannt werden,  
- wenn die Seminare einen Unterrichtsumfang von mindestens 15 UE umfassen  
- und wenn die Schwerpunkte der Seminarinhalte mit den Inhalten des KddRRückenschulkonzepts kompatibel sind.

Um ein Seminar zur Verlängerung der Rückenschullehrer-Lizenz anerkennen zu können, benötigen wir hierfür die Ziele und Struktur des Seminars. Befindet sich das von Ihnen ausgewählte Seminar nicht unter der Rubrik „anerkannte Seminare“ auf unserer Positivliste, so bitten wir Sie schon im Vorfeld (vor Absolvierung) entsprechende Nachweise zur Überprüfung an die Geschäftsstelle zu senden.

Alle Seminare, die auf der Homepage der Arbeitsgemeinschaft Prävention im Deutschen Verband für Physiotherapie (ZVK) e.V. gelistet sind, haben die Anerkennung als Rückenschulrefresher. Schauen Sie bitte unter:

<http://www.ag-praevention.de/rueckenschul-refresher-seminar-der-ag-p-neu>

## **Rückenschulrefresher Seminare**

### **der Arbeitsgemeinschaft Prävention:**

- Aquafitness Funktionelle Wassergymnastik \*
- Arbeit gesund leben: Praxismodul Bürogesundheit
- Präventions- und Gesundheitsmanager für Unternehmen
- Bewegungs- und Aktivierungsprogramm für übergewichtige Erwachsene – Funktionelles Training mit dem eigenen Körper\*
- Fit ins Alter – Fit im Alter – Seniorengymnastik\*
- Fit ins Alter –Fit im Alter – Seniorengymnastik zur Ganzkörperkräftigung\*
- Functional Training
- Das Büro geht auf die Matte –Yoga im Büro
- Gesundes Walken, Gesundes Nordic Walken, Gesundes Joggen\*
- Psychosomatik in Prävention und Physiotherapie\*
- Faszini(e)rende Wirbelsäule – Wirbelsäulengymnastik\*
- Faszien das lebende Gewebe
- RückenGesundheit Kinder Haltungs- und Bewegungsförderung\*
- Entspannungstrainer für Kinder\*  
Bleib entspannt-entspannt durch den (Schul-)Alltag!
- Rundum Fit – Funktionelles Ausdauertraining mit Musik und Rhythmus\*
- Refresh yourself
- Sensomotorik Freie Haltung und Bewegung\*
- Yoga und Achtsamkeit in der Physiotherapie
- Yoga und Resilienz in der Physiotherapie
- Präventives Osteoporose Training – Knochenstark\*
- Präventive Rückenschule nach Richtlinien der KddR\* 60 und 90 min
- Von Fuß bis Kopf – Funktionelle Wirbelsäulengymnastik\*
- GENKI REGENERATIONS + SCHLAF – COACH\*

- Continuum Movement – Faszien in multidimensionaler Bewegung
- Präventives Ganzkörperkräftigungstraining - mit integriertem Gerätetraining\*
- Ran Rücken

(\*bei der ZPP zertifiziert)

### **Anerkannte Seminare:**

- Atemtherapie Grundkurs, Aufbaukurs für Physiotherapeuten II u. III
- Bandschi-Kinderrückenschule
- Beckenbodenschule und Physio Pelvica Basiskurs I (beide AG-GGUP)
- Beckenbodenschule Refresher der AG GGUP mit 15 Unterrichtseinheiten
- Beckenbodenschule nach dem Tanzberger-Konzept
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- CardioPlus-Schule
- Drumdance
- ErgoPhysConsult-Weiterbildung (einzelne Module)
- Fit ins Alter / Fit im Alter- Seniorengymnastik (AG-P)
- Funktional Training (AG-P)
- Förderung von Aktivitäts- und Bewegungsverhalten bei übergewichtigen Kindern
- Morbes Bechterew (ZVK)
- Nordic Walking für Einsteiger und Sportler (AG-P)
- Osteoporose – Kursleiterausbildung (AG-P)
- Physio Relax - Stressbewältigung / Stressreduktion
- Prävention und Physiotherapie in der Psychosomatik (AG-P)
- RückenGesundheit Kinder-Bewegungs- und Haltungsförderung (KddR-Gütesiegel)
- Recore- Athletics – Modernes Faszientraining
- Tai Chi und Qi Gong (AG-P)
- Top Job Ergonomie
- ✓ Von der Verhaltens- zur Verhältnisprävention (AGR-Fernlehrgang)

### **Weitere Seminare, die anerkannt sind, wenn diese bei einem KddR-Mitgliedsverband oder in Kooperation mit einem KddR-Mitgliedsverband organisiert wurden:**

- Aroha © Gruppenfitnessprogramm - Lizenzausbildung
- Atemschulung (bspw. nach Scharschuch- Haase)
- Autogenes Training Erwachsene
- Bewegungsqualität durch ganzkörperliches Bewegen i.V. mit Musik; Bewegungsrhythmus (Spannung/Lösung)
- Beckenbodengymnastik und Beckenbodentraining in Bewegungsabläufen
- Betriebliche Aspekte der Ergonomie
- Betriebliche Rückenschule
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Bewegungsorientierte und wahrnehmungsorientierte Verfahren wie z. B. FBL (Klein – Vogelbach), Brügger

- Bioenergetik / Biodynamik
- Brain Gym
- Cardio-Fitness, Step-Aerobic
- Dehnungs- und Mobilisationstechniken
- Entspannungsverfahren / -methoden
- Entspannung nach Jacobsen (PMR)
- Evidence Based Practice (Seminare die den Kenntnisstand zur Evaluation erweitern)
- Feldenkrais
- Fußentlastung, Fußkräftigung, Fußbeweglichkeit
- Ganzkörperliche Schwung-, Druck-, Zug- und Hubbewegungen aus den Grundformen der Rhythmischen Gymnastik
- Gerätegestützte Krankengymnastik
- Gesundheits-pädagogische Themen wie z. B. Coaching, NLP, Strategien zur Förderung von gesundheitsfördernden Verhaltensmodifikationen Moderationstechniken etc.
- HWS-Übungsprogramm
- Internationaler Workshop zur Klassifikation und Intervention chronischer Rückenschmerzen sofern 15 UE absolviert werden
- Jugend- Seminar speziell für die Übergangszeit zwischen Kindheit und Erwachsensein
- KBT (Konzentrierte Bewegungstherapie)
- Kinderrückenschule
- Life-Time-Sport in der Prävention und Gesundheitsförderung
- Medizinische Trainingstherapie
- MoSi® - Mobilität und Sicherheit im Alter/Sturzprohylaxe
- Nordic Walking, Walking und Jogging (AG-P)
- Physio-Aktiv
- Pilates
- PNF
- Psychomotorik
- Qi Gong
- Seminare, Workshops, Fortbildungen erfolgreich gestalten
- Seminare zur posturalen, propriozeptiven Stimulation/ Therapie / Prävention, z. B. Segmentale Stabilisation mit dem Propriomed oder Flexibar - Geräten
- Schmerz und Schmerzbewältigung
- Somato Emotionale Entspannung
- Stress und Stressbewältigung
- Sturzprävention
- Tanz als Präventions- und Therapiemaßnahme
- Tai Chi
- Trainingslehre und Training der motorischen Grundeigenschaften
- Trainingsseminare mit Kleingeräten wie zum Beispiel Aerostep, Ball, Band, Ballkissen, ...Gymstick, Gymnastikstab, Flexibar, Propriomed und anderen Geräten, die in der ...Rückenschule angewendet werden können
- Verfahren zur Förderung der Körperwahrnehmung (Feldenkrais, Alexander Technik, ...Eutonie etc.)
- Wirbelsäulen-Fitness-Check
- Walking
- Yoga

### **P&S Fobis Bad Pyrmont**

1. Wirbelsäulengymnastik für Jugendliche P&S Fobis
2. Wirbelsäulengymnastik P&S Fobis
3. Präventives Muskelaufbautraining P&S Fobis
4. Funktionelles Bewegungstraining mit dem Funktionsboard P&S Fobis
5. Curriculum KG-Gerät 40 Unterrichtseinheiten (UE)

## **Rehasport Deutschland**

1. RSD Ausbildungskurse für Physiotherapie (40UE),
2. Gymnastiklehrer (50UE) & Trainer C/ 8.
3. Sportwissenschaftler (90 UE) i9m

OMT-Ausbildung Module:

„Aktive Rehabilitation – Aufbaukurs“  
„Kommunikation (Schlüsselmodul)“

## **Weitere anerkannte Seminare:**

Kooperation mit Crosshaus  
Gabriel/Hüfner GbR  
Tempelhofer Ufer 36  
10963 Berlin

- Crosshaus Functional Zirkeltraining
- Crosshaus Powerball Core & Balance Training
- Crosshaus Faszientraining Roll & Rebound
- Crosshaus Core & Langhantel Training
- Crosshaus Mobility Motion Workout

Kooperation mit „bewegungsart Berlin UG“ Heiko Brunkhorst

- 1) Rücken Qi Gong
- 2) Rücken Yoga
- 3) movedo® .
- 4) Tai Chi Chuan für den Rücken
- 5) Pilates

Kooperation mit Susanne Bruckner  
••Free Balancee

Kooperation Therapiezentrum Schumann  
✓ Präventive Rückenschule-Gerätegestützt, „Das SCHUMANNKONZEPT“

- Teilnahme an Workshops und Kongressen mit nachgewiesener Teilnahme und Angabe der Unterrichtseinheiten. Die Themen müssen den Inhalten der KddR - Rückenschule entsprechen.

## **Orientierung für die Refresher Seminare bieten die Inhalte des KddR – Konzepts**

Anerkennungsfähige Refresherseminare müssen aus relevanten Themenfeldern stammen, wie zum Beispiel:

- • Körperwahrnehmung und Körpererfahrung
- • Training der motorischen Grundeigenschaften
- • Entspannung und Stressmanagement
- • kleine Spiele/Spielformen und Parcours
- • Haltungs- und Bewegungsschulung
- • Wissensvermittlung und Information
- • Strategien zur Schmerzbewältigung
- • Verhältnisprävention
- • Vorstellung von Life-Time-Sportarten

### Weitere Kooperationspartner der Arbeitsgemeinschaft Prävention:

MFZ-Hannover  
MFZ-Leipzig  
MFZ Ludwigsburg