

Fachartikel "Prävention"

Unter dieser Überschrift sind in der Rubrik "Praktisch für die Praxis" in der Themenkategorie "Prävention" verschiedene Artikel aufrufbar.

Um dem Bedürfnis nach weiteren Sach- und Fachinformationen zu den Stundenthemen nachzukommen, werden an dieser Stelle sogenannte Hintergrundartikel veröffentlicht und mit den Stundenbeispielen verknüpft.

Artikelauswahl

[Faszientraining](#)Das Geheimnis des Bindegewebes

[Knie- und Hüftschule](#)Funktionelle Bewegungen mit der Hüfte

[Neue Rückenschule](#)Haltung und Bewegung in Einklang bringen

[Pilates 1](#)Herkunft und Bewegungsideen

[Pilates 2](#)Einsatzfelder, Trainingsziele und -wirkungen

[Propriozeptives Training](#)Definition, Trainingswirkungen, Einsatz in Prävention und Rehabilitation

[Weitere Stundenbeispiele Themenbereich "Prävention"](#)