



Fotografie: Berit Erlbacher Gestaltung: Demian Bern

PZ |

PRODUKTIONSZENTRUM TANZ + PERFORMANCE e.v.
Tunnelstr. 16 — 70469 Stuttgart — www.produktionszentrum.de

TANZMEDIZINISCHE VORTRAGSREIHE

Das Produktionszentrum Tanz + Performance startet ab September 2018 eine tanzmedizinische Vortragsreihe in Kooperation mit Tanzmedizin Stuttgart.

Unser Ziel ist es, tanzmedizinisches Wissen verständlich und praktisch anwendbar zu vermitteln. Dabei soll die gesundheitliche Versorgung von Tänzer*innen verbessert und eine Leistungsoptimierung erreicht werden.

Ansprechen möchten wir Tänzer*innen aller Tanzsparten, Tanzpädagog*innen, Physiotherapeut*innen, Sportwissenschaftler*innen und Ärzt*innen.

Zur Vernetzung und zum Erfahrungsaustausch wird nach jedem Vortrag eine Podiumsdiskussion mit eingeladenen Expert*innen stattfinden.

Do. 13.09.18 20 Uhr VERLETZUNGSPRÄVENTION

- **Please don't stop the music**
Die Rolle der Ausdauer im Tanz

Dozentin: Dr. med. Cindy Keller,
Fachärztin Allgemeinmedizin, Tanzmedizinerin

Grundlagenausdauer spielt in jeder sportlichen Disziplin eine große Rolle, im Tanztraining kommt sie jedoch häufig zu kurz. Die Folgen einer geringen Ausdauerfähigkeit sind rasche Ermüdung, Verlust der Ausdrucksfähigkeit und die Entstehung von Verletzungen.

Im Vortrag werden die sportwissenschaftlichen Aspekte zum Thema Ausdauer vorgestellt und Möglichkeiten zur Integration von Ausdauertraining im Tanz erörtert.

Experte der anschließenden Podiumsdiskussion:
Ben Burgess, Sportphysiotherapeut

In Zusammenarbeit mit



Mit freundlicher Unterstützung von



Do. 22.11.18 20 Uhr REHABILITATION

- **Arthrose bei TänzerInnen**
Möglichkeiten einer konservativen Therapie

Dozent: Jens Nonnenmann,
Physiotherapeut und Myoreflextherapeut

In diesem Vortrag werden verschiedene Fallbeispiele der ganzheitlichen Betreuung von Tänzern mit Arthrose im Schulter- und Hüftgelenk vorgestellt. Dabei werden deren Einflussfaktoren auf das Krankheitsbild, die persönliche Ressourcenförderung sowie die Myoreflextherapie als Behandlungstechnik thematisiert.

Experte der anschließenden Podiumsdiskussion:
Dr. med. Christian Mauch, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Do. 17.01.19 20 Uhr LEISTUNGSOPTIMIERUNG

- **Regeneration durch Faszienelbsttherapie**

Dozentin: Sophie Manuela Lindner,
Sportphysiotherapeutin BSc MA

Kann Regeneration durch gezielte Stimulation der Muskel-Faszien beeinflusst werden? Diese Frage begleitet uns durch den Abend. Im Fokus stehen Self-Myofascial Release Techniken nach der Interdisciplinary Fascia Therapy (IFT®) Methode und diverse Selbsttherapie-Instrumente. Aus wissenschaftlichen Studien werden aktuelle Erkenntnisse aus der Selbsttherapie- und Faszienforschung im Zusammenhang mit Regeneration dargestellt.

Experte der anschließenden Podiumsdiskussion:
Christopher-Marc Gordon, Physiotherapeut, Osteopath, Heilpraktiker und Faszienforscher

Begleitend zur tanzmedizinischen Vortragsreihe finden im Produktionszentrum Tanz + Performance tanzmedizinische Workshops und Beratungen für professionelle Tänzer*innen statt.

Weitere Informationen unter www.produktionszentrum.de