

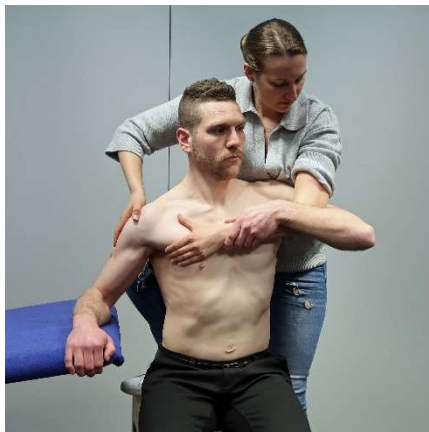
PNF Fachlehrer Assistenten Supervision in Bochum

Im Anschluss an einen PNF-Modul II trafen sich die PNF Fachlehrer Assistenten Monika Hanoluk, Yannik Althaus und Britta Gebhardt mit Ulrich Engelbach als Mentor in den Räumen des IFK in Bochum.

Im regen Austausch ging es um das Thema der Ausarbeitung von Kursmaterialien.

Verschiedene Unterrichtsformen mit deren Vor- und Nachteilen und die dazugehörigen Materialien wurden gegenübergestellt und die Erfahrungen aus den schon erteilten Unterrichtseinheiten ausgetauscht.

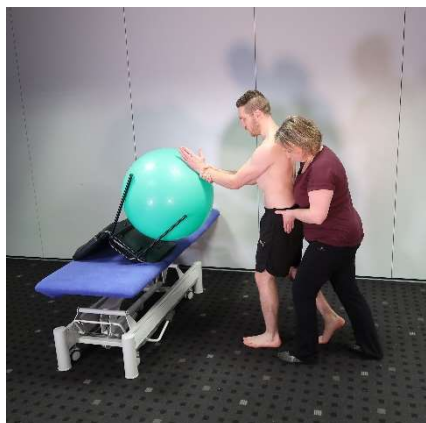
In diesem Rahmen wurden auch Bilder für unterschiedliche Synergien in verschiedenen Kontexten, um Defizite auf der Struktur- und Funktionsebene bzw. auf der Aktivitätsebene zu behandeln und daraus Unterrichtseinheiten zu generieren.



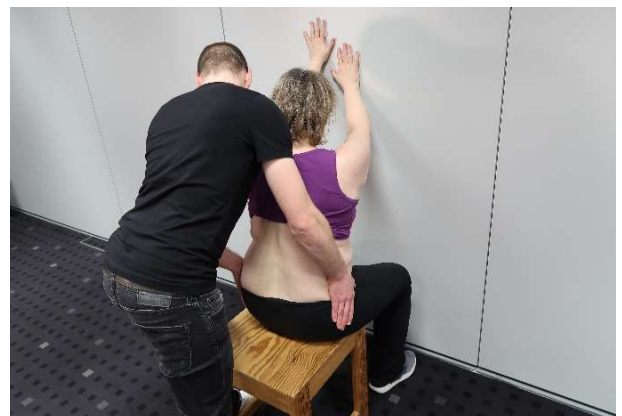
radialer Zug links mit Stützaktivität für Elastizität m. pectoralis rechts



Transfer Rückenlage – Seitsitz über bilaterale, asymmetrische Beinmuster



Chopping mit Schrittauslösung für untere Rumpfstabilität



Pelvisrocking mit bilateral, asymmetrischen Armuster für untere Rumpfkaktivität

Freundlicherweise hat AVT Plus Media Service GmbH das technische Equipment zu Verfügung gestellt, damit die Griffe in gutem Licht erstrahlen konnten



Vielen Dank an Ulrich Engelbach für die großartige, konstruktive Unterstützung.

Außerdem vielen Dank an Moni und Yannik für die gute Zusammenarbeit, den Austausch und die daraus entstandenen Unterrichtsmaterialien.

Britta Gebhardt