

# NCMT® fitness Practitioner Basismodul \*\*\*\*\*LAUT ERLASS DES GESUNDHEITSMINISTERIUMS NRW VOM 15.03.2020 DÜRFEN WIR AB DEM 17.03.2020 BIS VORAUSSICHTLICH 19.04.2020 AUS AKTUELLEM ANLASS KEINE FORTBILDUNGEN MEHR DURCHFÜHREN. DAHER WIRD DIESER KURS AUF EINEN SPÄTEREN ZEITPUNKT VERSCHOBEN!\*\*\*\*\* | FP

## „Testen und Wissen, statt Vermuten und Hoffen“

### Was ist NCMT® fitness?

**NCMT® fitness** ist ein völlig neues und einzigartiges Konzept für TrainerInnen, das Ihnen die Möglichkeit gibt, jegliches Training noch viel effizienter zu gestalten. Durch das Aufspüren und anschließende Auflösen der Ursachen von muskulärer Dysbalance mit Hilfe sogenannter neurophysiologischer und neuromuskulärer Reflextests und den entsprechenden ausgleichenden Techniken werden Kompensationen erkannt und sofortausgeglichen. So werden alle Körpersystem optimiert und optimal auf das anschließende Training vorbereitet.

NCMT® steht für:

N – Neurophysiologische und Neuromuskuläre Reflextests

C – Chronische Beschwerden ursächlich behandeln

M – Muskeldysbalancen auflösen

T – Therapieerfolg sofort und jederzeit überprüfbar

Mit der **NCMT® fitness** – Methode erhältst Du eine Anleitung darüber wie du individuelle Defizite Deiner Klienten rasch herausfinden und durch einfache und spezifische Techniken erfolgreich auflösen kannst. So kommst du mit ihnen in deinen anschließenden Trainings viel schneller und vor allem nachhaltiger ans Ziel, ob es sich dabei um Schmerzfremheit, eine bessere Fitness, mehr Kraft oder um mehr Leistungsfähigkeit handelt.

#### Was ist der Hintergrund von NCMT® fitness?

Johannes Randolf hat mit der Erfahrung von 25 Jahren als Physiotherapeut, Tänzer, Gyrotonic® Master Trainer, Ausbildner, Vortragender und Autor von zwei Büchern die erfolgreichsten und wirkungsvollsten Techniken aus u.a. der amerikanischen Chiropraktik und der Osteopathie in eine Synthese gebracht. Ausgehend vom Sitz eines Defizits arbeitet sich der **NCMT®-fitness– Practitioner** mittels Muskelreflextests durch den Körper, um zum Ausgangspunkt – also dem wahren Auslöser – zu gelangen. Diese Reflextests zeigen gleichzeitig den therapeutischen Weg und ermöglichen während der Behandlung auch sofort eine Überprüfung der Effizienz.

Mit der Ausbildung zum **NCMT®-fitness-Practitioner** erhältst du ein Kondensat aus Wissen und Erfahrung jahrzehntelanger Ausbildungswege, um die wahren Ursachen von Dysbalancen rasch heraus zu finden und dauerhaft zu lösen.

Dadurch bringt dein anschließendes Training viel schneller Erfolge und deine Klienten werden den Unterschied sofort verspüren und im Training eine

Leistungssteigerung erleben. **Was ist das Prinzip von NCMT® fitness?**

Die Ursache von Beschwerden, Blockaden und Schmerzen liegt so gut wie NIE dort wo die Symptome zum Ausdruck kommen. Werden diese nicht tiefgründig erkannt, besteht die Gefahr, dass die Betroffenen „in die Kompensation“ trainieren. Damit könnten weitere Beschwerden ausgelöst werden und der Teufelskreis beginnt sich zu drehen. Den Kern des Problems zu identifizieren ist jedoch selbst für Professionisten oft schwer. Hier ein klassisches Beispiel:

Ein Klient hat einen schwachen hinteren Oberschenkelmuskel. In der klassischen „schulmedizinischen“ Sichtweise wird Muskelschwäche so gut wie immer mit Trainingsmangel erklärt, sofern keine neurologische Schädigung vorliegt. Ein schwacher Muskel wird somit immer mit einem untrainierten Muskel gleichgesetzt. Das stimmt allerdings nicht. Unter Anwendung von **NCMT® fitness** kannst du die wahre Ursache identifizieren.

Die Technik kann dich beispielsweise darauf hinführen, dass eine Beckenschiefstellung vorliegt. Diese hat nämlich oft zur Folge, dass der hintere Oberschenkelmuskel reflektorisch ausgeschaltet wird. Ein verstärktes Training des Muskels kann hier nicht helfen, denn zuerst muss der Schiefstand ausgeglichen werden. Erst dann hat der Muskel wieder die Möglichkeit zu mehr Leistungsfähigkeit. Die Methode stellt also nicht die Frage was das Problem ist, sondern warum es vorhanden ist.

Erst nach der Identifikation der wahren Ursache einer Dysbalance kannst du deine Klienten mit Hilfe spezifischer und effektiver Techniken der **NCMT® fitness** Methode erfolgreich therapieren – und anschließend ein individuell für sie abgestimmtes Training definieren.

Basismodul

Im Basis Modul erfährst du, wie mit einer Vielzahl von Beschwerden, die bisher die Leistungsfähigkeit Deiner Kunden heruntergesetzt hatte, umgegangen wird und du dieses auflösen kannst

- Relevante physiologische und anatomische Grundlagen und Zusammenhänge
- Erläuterung weshalb ein schwacher Muskel nichts mit Trainingsmangel zu tun hat: Die sogenannten „High 9“ eines starken Muskels
- Korrektur des Beckenschiefstandes Kategorie 1 und den damit assoziierten Beschwerden
- Nutzen der Muskel-Organbeziehung
- Muskeltests der folgenden Muskeln: M. tensor fasciae latae, M. rectus femoris, M. iliopsoas, M. gluteus maximus, Hamstrings, M. latissimus dorsi,
- Korrektur cranialer Fehlstellungen
- Ursachen für funktionelle Schulterschmerzen und deren erfolgreiche Lösung Teil 1

<b>Leitung</b>	Johannes Randolf
<b>Kursgebühr</b>	0,00 €
<b>Beginn</b>	18.04.2020
<b>Ende</b>	19.04.2020

<b>Kurszeiten</b>	Sa. 18.04., 10:00 - 18:00 Uhr So. 19.04., 09:00 - 17:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Schönhauserstraße 64, 50968 Köln
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten
<b>Fortbildungspunkte</b>	