

# PNF und N.A.P. in Ingelheim

**WEITERBILDUNGSINSTITUT RENATA HORST** Bei Renata Horst muss man sich nicht zwischen orthopädischen und neurologischen Techniken entscheiden. Sie bietet eine Synthese manueller und neurophysiologischer Behandlungsansätze an: „Motorisches Strategietraining – Neuromuskuläre Arthroossäre Plastizität“, kurz N.A.P.® genannt.

**D**as liebevoll eingerichtete Institut von Physiotherapeutin Renata Horst liegt in Ingelheim, einem historischen Städtchen nahe Mainz. In der Umgebung gibt es zahlreiche Weingüter, in denen man nicht nur gut essen und trinken, sondern auch preisgünstig übernachten kann. Renata Horsts Praxis und Institut befinden sich in einem renovierten Haus aus dem Mittelalter. Optimale Voraussetzungen zum Lernen eines neuen Konzepts.

**Zwei Ansätze kombiniert** > Das Motorische Strategietraining, auch Neuromuskuläre Arthroossäre Plastizität (N.A.P.®) genannt, hat Renata Horst auf Grundlage der PNF selbst entwickelt. Seit 2005 bietet sie N.A.P.-Kurse an. Die Therapie basiert auf neuesten Erkenntnissen der neurophysiologischen Forschung und vereint neurophysiologische und manualtherapeutische Techniken zu einem integrativen Konzept. Ziel ist die Steigerung der Lebensqualität der Patienten. Sie können durch das Üben ihre motorische Strategie bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben verbessern oder anpassen. Der Therapeut unterstützt den Patienten bei seinen Bewegungen mit dem gezielten Einsatz von Widerständen und strukturellen Techniken. Ausführliche Bewegungsanalysen und Differenzialdiagnostik gehen der Therapie voraus.

Geeignet ist dieses Verfahren für Patienten in der Neurologie und Orthopädie. Als Indikationen für das Motorische Strategietraining nennt Renata Horst chronische Schmerzen, orthopädische Erkrankungen, Traumata, neurologische Erkrankungen sowie Probleme bei den lebenswichtigen Funktionen Atmen, Essen und Schlucken.

**N.A.P. und andere Kurse** > Die vier aufeinander aufbauenden Module richten sich an Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden und Ärzte. Voraussetzung für die Teilnahme sind

Grundkenntnisse in Anatomie. Fähigkeiten in Manueller Therapie und PNF erleichtern das Verständnis. Die ersten beiden Module beschäftigen sich theoretisch und praktisch mit möglichen Funktionsstörungen des Körpers. Die Module 3 und 4 konzentrieren sich auf das Motorische Strategietraining in der neurologischen und der orthopädisch-traumatologischen Rehabilitation. Nach Absprache können die Teilnehmer dort eigene Patienten vorstellen. Wer alle vier Module absolviert hat (100 Fortbildungspunkte), kann an einem Test teilnehmen und wird auf Wunsch in eine Therapeutenliste aufgenommen.

Neben diesen Kursen gibt Renata Horst seit 1995 Fortbildungen in PNF. Da sie zertifizierte IPNFA-Instruktorin ist, sind ihre Kurse international anerkannt und berechtigen zur weltweiten Teilnahme an weiterführenden Kursen. Die Ausbildung zum PNF-Therapeuten ist in zwei Grundkurse und einen Aufbaukurs geteilt. Die erfolgreiche Abschlussprüfung berechtigt zur Abrechnung der Position „Neurophysiologische Krankengymnastik“ (KGN).

In Kooperation mit dem Medizinischen Fortbildungszentrum Hannover bietet das Weiterbildungsinstitut in Ingelheim zudem eine Ausbildung zum Heilpraktiker an.

**70% Praxis** > Die Theorie vermittelt Renata Horst zeitgemäß mithilfe von Computer und Video. Das Skript erhalten die Kursteilnehmer



Renata Horst verbindet neurophysiologische mit manualtherapeutischen Techniken.

schon vorab als PDF-Dokument. Es dient allerdings lediglich als Memo, denn die Zusammenhänge erschließen sich erst während der praktischen Arbeit, die etwa 70% der Kursinhalte ausmacht. Was die Teilnehmer nicht vor Ort üben können, demonstriert die Institutsleiterin in zahlreichen Filmen.

Das N.A.P.-Konzept unterrichten Renata Horst und die von ihr ausgebildeten Lehrer auch an anderen Fortbildungsinstituten. In Ingelheim kosten die Module der N.A.P.-Kurse je 220 Euro, die Grundkurse der PNF-Weiterbildung insgesamt 780 Euro und der Aufbaukurs PNF 460 Euro (inklusive Prüfungsgebühr).

Johannes Ermel

**+** **PHYSIOBONUS**

**Einführung in N.A.P.**

Gewinnen Sie einen Kursplatz im Modul 1 der N.A.P.-Fortbildung. Klicken Sie unter [www.thieme.de/physioonline](http://www.thieme.de/physioonline) > „physioexklusiv“ > „Gewinnspiel“ bis zum 13.5.2009 auf das Stichwort „N.A.P.“.

**i** **ADRESSE**

**Renata Horst  
Weiterbildungsinstitut**

Stiegelgasse 40  
55218 Ingelheim am Rhein  
Tel.: 07 61/488 01 27  
E-Mail: [kurse@renatahorst.de](mailto:kurse@renatahorst.de)  
[www.renatahorst.de](http://www.renatahorst.de)