

# Fortbildungsreihe Golf Medical Coach

Ein biomechanisches und sportmedizinisches Gesamtkonzept für den orthopädisch verträglichen Golfschwung

Ein gewöhnlicher Golfschwung läuft in weniger als 1,7 Sekunden ab. Die Belastungskräfte, denen der Bewegungsapparat hierbei ausgesetzt wird, sind jedoch enorm. Denn alle bislang geläufigen Schwungtechniken fordern dem Körper Bewegungsabläufe ab, die mit den anatomischen Möglichkeiten wichtiger Gelenke wie Sprung-, Knie- und Hüftgelenk nicht zu vereinbaren sind. So finden bei konventionellen Schwungmodellen regelmäßig unphysiologische Körper- und Gelenkstorsionen statt, die zu akuten Verletzungen und unterschiedlichen Überlastungssyndromen im Bewegungsapparat führen können. Orthopädische Beschwerden und Überlastungsschädigungen sind im Golfsport entsprechend weit verbreitet: 80% der Amateurgolfer leiden zeitweise unter Rückenbeschwerden, 23% unter dauerhaften Beschwerden in Hüft-, Knie- oder Sprunggelenk. Der Gebrauch von Schmerzmitteln ist auch unter Amateurgolfern mit einer Quote von 19% erschreckend hoch.



Mit der neuen biomechanischen Schwungkonzzeption „Free-Release“ wird es nun erstmals möglich, die beim Golfschwung auf die Gelenkstrukturen einwirkenden Torsions-

belastungen fast vollständig zu neutralisieren, ohne die Schwungperformance zu beeinträchtigen. Kinematische Untersuchungen und eine Patientenstudie der Rennbahn-

linik Basel bestätigen die Entlastungseffizienz. Damit eröffnen sich für Sportmediziner und Orthopäden in der Therapie und Prävention von golfinduzierten orthopädischen

Beschwerden völlige neue Ansatzpunkte. Während sich die therapeutischen Maßnahmen bislang weitgehend in der wiederkehrenden Behandlung von Symptomen erschöpften, können mit der Free-Release Schwungtechnik nun auf biomechanischer Grundlagenebene gezielt die Ursachen latenter Verletzungsmechanismen abgestellt werden.

United Golfers veranstaltet im Bundesleistungszentrum für Golf & Golfbiomechanik (Birkenfeld bei Pforzheim) spezielle Fortbildungsseminare für Ärzte und Sportmediziner in der Free-Release-Methodik mit Abschlusszertifikat zum „Golf Medical Coach“. Die dreitägigen Fortbildungsseminare sind von der Landesärztekammer Baden-Württemberg für das Fortbildungszertifikat anerkannt und mit 24 Fortbildungspunkten versehen. Renommierte Fachreferenten aus Sportmedizin und Sportwissenschaft begleiten die Veranstaltungen.