

GESUNDHEIT

Ö1-Radiodoktor

Mi, 16.40-16.55h

1/8

Sendung am 31.01.: Neuroathletik -
Feinste Wahrnehmung als Weg zu mehr
Leistung und Schmerzfreiheit

Der menschliche Bewegungsapparat besteht aus Knochen und Knorpeln, Muskeln und Sehnen, Bändern und Bindegeweben. So weit, so klar. Bisher kaum beachtet, dabei allerdings mindestens ebenso wichtig, sind neurologische Abläufe.

Also die die Muskeln versorgenden Nerven. Und das Rückenmark bis hin zum Gehirn, das alle unsere Bewegungen steuert. Eine relativ junge Wissenschaftsdisziplin, die sich mit den Zusammenhängen zwischen Biomechanik und Neurologie beschäftigt, heißt Neuroathletik.

GESUNDHEIT

Ö1-Radiodoktor

Mi, 16.40-16.55h

2/8

Sendung am 31.01.: Neuroathletik -
Feinste Wahrnehmung als Weg zu mehr
Leistung und Schmerzfreiheit

Infos zum Beitrag über Neuroathletik:
Physiotherapeut Roman Pallesits
>>physiotherapeuten.at/

Neuro Athletic Training
>>neuroathletictraining.com