Vorwort

Wie funktioniert eigentlich Bewegung und welche Fertigkeiten müssen wir beherrschen, um durch unsere Wahrnehmung ein gesundes ökonomisches Bewegungsverhalten zu erreichen?

Jeder, der sich in irgendeiner Form mit Bewegung beschäftigt, ob Physiotherapeut, Sportwissenschaftler, Gymnastikpädagoge oder Sportler, sieht sich irgendwann mit dieser oder ähnlichen Fragen konfrontiert. Als Physiotherapeut, der sich vor allem mit der Wirkungsweise der „aktiven Bewegung" beschäftigt, ist es für mich seit vielen Jahren eine große Herausforderung, dem Geheimnis Bewegung und Bewegungslernen näher zu kommen. Dr. med. h. c. Susanne Klein-Vogelbach und ihre „Funktionelle Bewegungslehre – Functional Kinetics" hat mit ihren Arbeiten zur Bewegungsanalyse und zur funktionellen Therapie einen wesentlichen Grundstein für mein Interesse gelegt. Die Sportwissenschaft, die Biomechanik und in zunehmendem Maße auch die Hirnforschung liefern Erkenntnisse, die uns Verständnispfade und Hypothesen anbieten, die Sensomotorik und motorisches Lernen besser verstehen und anwenden zu können. Reaktive feinmotorisch differenzierte Bewegungsmuster haben mich seit jeher fasziniert und begleiten meinen beruflichen Alltag.

Der in unserer Praxis und in unserem Trainingscenter entwickelte Therapiekreisel ist als Trainingsgerät besonders geeignet, differenzierte sensomotorische Bewegungsleistungen zu erzeugen, sie wahrnehmbar, beobachtbar und lernbar zu machen. Dabei werden Menschen mit hohem Sicherheitsanspruch wie z.B. sturzgefährdete Patienten sowie auch Spitzensportler durch die variable Einsetzbarkeit dieses Trainingsgerätes angesprochen. Das vorliegende Buch soll den an der Bewegung Interessierten als Anregung dienen ein hohes Maß an Bewegungsfertigkeit zu erlangen. Die beschriebenen „Übungen" sollen die Kreativität des Lesers beflügeln, selbständig weiterführende sensomotorische Trainingsangebote zu entwickeln.

Durch die Faszination des Verknüpfens unterschiedlicher Forschungsgebiete, habe ich mich mit Biomechanik, Sportwissenschaft und den Ergebnissen der Hirnforschung beschäftigt, in deren Zusammenwirken ich die Lösung vieler funktioneller Probleme vermute, denen wir alle täglich begegnen. Dabei bin ich mir bewusst, dass auf welchem Wissensstand wir uns auch befinden, dies immer der Anfang für weiteres Suchen sein wird.

Bei der Lektüre und dem praktischen Umsetzen der Inhalte dieses Buches, wünsche ich allen Interessierten viel Freude und Erfolg.

Danksagung

Bei der Vorbereitung zu diesem Buch haben mir über Jahre hinweg viele Menschen teils wissentlich, teils unwissentlich geholfen. Besonders hilfreich war mir dabei der klinisch- experimentelle Teil in der Arbeit mit unseren Patienten, die sich, zumindest meistens, von der Begeisterung für den Kreisel anstecken ließen. Meinen Patienten und meinen Mitarbeitern sei für ihre wohlwollende und kritische Auseinandersetzung mit den einzelnen Übungen gedankt. An dieser Stelle möchte ich mich vor allem bei meinem Mitautor Wolfgang Laube besonderes bedanken. Durch seinen ausgezeichneten Beitrag über die Hirnverarbeitungsprozesse in der Sensomotorik, erfährt der Leser hilfreiche und tiefe Einblicke in die verborgenen Prozesse der Bewegungsabläufe und der Bewegungsschulung. In der Zusammenarbeit mit ihm habe ich in Vorbereitung dieses Buches viel gelernt. Einen großen Dank auch an die Schreinerin Frau Uta Ehrhardt für das präzise Bauen des Kreisels inklusive der von mir fortwährend gewünschten Veränderungen bis schlussendlich das Trainingsgerät Kreisel in seiner heutigen Erscheinungsform entstehen konnte. Dank auch meinen Sekretärinnen Tina Künzel und Karin Gross für das Schreiben des Manuskriptes, Herrn Oskar Vogl für die speditive und professionelle Gestaltung der Fotos sowie Frau Rosi Haarer-Becker und Frau Eva Maria Grünewald für die gute Betreuung seitens des Georg Thieme Verlages. Mein besonderer Dank gilt meinem Model, Frau Andrea Dannegger, für die Fotos, die mit unermüdlichem Fleiß und zähem Einsatz zur anschaulichen Darstellung der Kreiselübungen ganz wesentlich beitrug. Den Muskelkater, den sie nach dem Fotoshooting zu erdulden hatte, hat

aus: Bertram u.a., Sensomotorische Koordination (ISBN 9783131437914) © 2008 Georg Thieme Verlag KG

sie mir bereits großzügigerweise vergeben. Schlussendlich wäre dieses Buch aber ohne die liebevolle und nachsichtige Unterstützung meiner Frau Christina und meiner Kinder Anna-Lena, Florian und Alexandra in dieser Form nicht zustande gekommen. Indem sie ihre Ansprüche an mich verständnisvoll reduzierten, gaben sie mir die Zeit und die Kraft, meine Gedanken in Buchform zu bringen.

Andreas M. Bertram

im Mai 2008

Bestelladresse für den Kreisel: Kreisel@bertram.ch

aus: Bertram u.a., Sensomotorische Koordination (ISBN 9783131437914) © 2008 Georg Thieme Verlag KG