Bewegung im Fokus von Raum und Zeit – Spiraldynamik®-Kongress zur Bedeutung des Zeitfaktors in der Bewegung

Ch. Heel

Über zweihundert Spiraldynamik®-Praktizierende aus dem deutschsprachigen Europa trafen sich zum 7. internationalen Spiraldynamik®-Kongress im Schweizerischen Baden. Bewegungsspezialisten aus Physiotherapie, Medizin, Sport und Tanz fokussierten das Thema Zeit als wesentlichen Faktor in Sachen Bewegungsintelligenz.

Kernpunkt neben den viertägigen Seminaren rund um die Themen Sport, Therapie, Tanz und Bewegungsausdruck waren die Vorträge der Ärzte und Therapeuten des Instituts für Spiraldynamik, *Christian Larsen*, Institutsleiter an der Privatklinik Bethanien in Zürich, *Liane Simmel*, Tanzmedizinerin und Gründerin von TaMed Deutschland, *Gertraud Albers*, Ärztin für Traditionelle Chinesische Medizin und Qi Gong Lehrerin sowie *Christian Heel*, Physiotherapeut und Leiter der Spiraldynamik® Ausbildungen. Sie beleuchteten das Thema Bewegung unter den Aspekten Raum und Zeit: Timing ist im Tanzsport oft

eine Frage von Sekundenbruchteilen, damit die Pirouette wirklich hält. Im Qi Gong, der konzentrierten langsamen Bewegung, ist die Kunst in der „Entschleunigung“ zu suchen. Zeit ist im gesamten anatomischen System von entscheidender Bedeutung. Im stressbelasteten Alltag wird Zeit oft nicht in ihrer Qualität respektiert, sondern auf Quantität reduziert.

Das Wissen um die Zeit

Im Referat von *Christian Larsen* – Mitbegründer der Spiraldynamik – geht es um die Dimension Zeit, im praktischen wie im wissenschaftlichen Sinn. Im akademischen Teil lernen wir, dass Zeit kein Kontinuum ist. Zeit bedeutet in erster Linie Rhythmus. Hierfür liefern verschiedene Naturwissenschaften eine Fülle von Beweisen. Es geht darum, wie häufig etwas geschieht (Frequenz) und ob das Timing (Synchronisation) stimmt. So betrachtet ist Pünktlichkeit im falschen Moment das gleiche wie Zaudern im Moment der Entscheidung. In der konkreten therapeutischen Arbeit mit Patienten geht es darum, den richtigen Moment zu erwischen. Der Lebens- und Lernrhythmus des Patienten muss mit der eigenen momenta-

nen Befindlichkeit in Einklang gebracht werden. Klingt banal und sehr subjektiv, baut aber auf objektiven wissenschaftlichen Prinzipien auf. Das Fazit des Spiraldynamiker-Referats:

- Die Natur arbeitet mit definierten Prinzipien, die wir studieren, verstehen und in der therapeutischen Arbeit nutzen können (eine anerkannte Stärke des Spiraldynamik® Therapie und Bewegungskonzepts). Der „gekonnte Umgang mit der eigenen Zeit“ ist besonders wichtig in Zeiten, in denen die „Ressource Zeit“ knapp und unfassbar zu werden scheint.

Rhythmus: Präzision bestimmt die Qualität

Physiotherapeut und Laufspezialist *Christian Heel* entschlüsselte das exakte Bewegungs-Timing am Beispiel Laufsport. Und das hat gar nichts mit Leistung und Stoppuhr zu tun, sondern mit reiner angeborener Körperintelligenz: Mit einer faszinierenden rhetorischen „Zeitlupe“ analysierte Heel funktionelle Anatomie in ihrer logischen Zeitabfolge. Dieses Wissen ortete er als hervorragendes Potenzial zur Gesundheitsförderung, vom all-

	· Krankengymnastik · Physikalische Therapie · Ambulante Reha / BAR · Rückenstrassen / MTT - MAT · Medizinische Fitness · Cardiofitness / Wellness	· Beratung · Planung · Realisierung · Schulung · Coaching · Service	
	Wir liefern Ihre komplette Praxiseinrichtung	Wir bieten qualifizierte Dienstleistungen	
Tel. +49 7392 16996-0 · www.aubele-physiorehamed.de			

Täglichen Seiten über lockeres Tagging bis zum Leibungsopert, sind ein zu eins anwendbar in der Psychotherapie.

Die Yoga-Spezialistin Theodorine aus Hamburg betraufte den Aspekt „Raum und Zeit“ aus der Sicht von Chronomedizin und Chronobiologie. Sie erklärte anhand der Dokumentationen des Medizingenossen und Rhythmusforschers Günther Altdorfer die rhythmische Organisation der inneren Organe. So steht der Rhythmus der Magenperistaltik zum 1-Minuten-Grundrhythmus der Fun-

ktionsmuskulatur des Magens im Verhältnis 3:1, der Zwölffingerdarmrhythmus zur Magenperistaltik im Verhältnis 4:1, Magenperistaltik und Darmpertistaltik im Verhältnis 1:4. Die Aufteilung der rhythmischen Organisation des Körpers könnte schier endlos weitergeführt werden.

Nach diesen impressionistischen Referaten setzten zwei expressionistische Darbietungen künstlerische Höhe- und Schlusspunkte des Kongresses: Jilka Hager und Joo Fontenla über mit ihrer Tango-Performance und das 45-jährige Geigenstärken Amanda Ra-

mirez Ramos. Neben ihrer musikalischen Virtuosität verkörpert sie vollendete Harmonie von Zeit und Bewegung in ihrem Spiel.

Der Spindelrhythmus-Kongress 2004 wird am 8. November erstmals in Zürich stattfinden. Diesmal zum Thema Intuition – Unsichtbares sehen können.

■ Korrespondenzadresse:

Christof Weil
Spindelrhythmus International
Tesselerstraße 10
CH-8032 Zolli (Zür)

7. Fachtagung des Vojta-Arbeitskreises Holstein

A. Haeger, G. Wilde

Am 13. September 2003 fand die 7. Fachtagung des Vojta-Arbeitskreises in Wedel statt. Ein herrliches Dankeschön an die Kollegen und Kolleginnen vom Vojta-AT Holstein für die gute Organisation und an alle Referenten für die konstruktiven Beiträge.

Dieses Mal stand die Brauchrehabilitation nach Vojta als Basistherapie in der Krankengymnastik im Vordergrund. Grundlage der Vojta-Therapie sind die Bewegungsmuster der idealen Ontogenese. Dieses genetische Programm ist sowohl beim Säugling als auch beim Erwachsenen jeden Alters abrufbar. Diese Bewegungsmuster bestehen sich

immer global auf den ganzen Körper und sprechen gleichermaßen das vegetative, sensorische und motorische System an. Die Arbeit mit querschnittgelähmten Menschen (Blinde, Heilblinde) oder die Behandlung bei Multipler Sklerose (Prof. Laakme) sind allgemein bekannt. Auch schon seit längerem wird die Vojta-Methode in der Orthopädie, Chirurgie, Inneren Medizin und Intensivmedizin sowohl in der Akutbehandlung als auch in der Rehabilitation angewendet. Das heißt, dass das Vojta-Prinzip von der Lagerung auf der Intensionation bis hin zur sportlichen Aktivität eingesetzt und umgesetzt werden kann. Miere und Haman haben in ihren Vorträgen ihre praktischen Erfahrungen und Umsetzung des Vojta-Prinzips aufgezeigt.

Die Zusammenhänge von Bewegungssystem und Organfunktionen, die Beitrag aus anthroposophischer Sicht (Dresel, Arzt und Heilberufthilf)

In seinem anerkennlichen Vortrag beschreibt Dresel die Zusammenhänge von Stoffwechselfunktionen in Verbindung mit der Metabolik. Er stellt die Verbindung der menschlichen Ontogenese dar im Vergleich zu Pflanz und Tierwelt. Die menschliche Fähigkeit der dreidimensionalen Beweglichkeit, sowie die ungeheure Regenerationsfähigkeit der Organe, z. B. des Nervensystems, des Darms und der Leber. Weiter beschreibt er biochemische Vorgänge anhand des Kalium- und Calciummetabolismus einzelner Organe, wie Leber, Knochen und Muskulatur. Er stellt eine Verbindung der Prozesse des Stoffwechsels und des