

DANCERS: CARE

Kompetenzzentrum für Verletzungsprävention und funktionelle Rehabilitation der Darstellenden Künste
TANZ | PERFORMANCE | MUSIKTHEATER

BARBARA BAUMANN, MA BSc.

Kollergergasse 4|8a, 1060 Wien
0650/9119822 | info@barbarabaumann.at
www.barbarabaumann.at | www.dancerscare.at

SEMINAR

Einblick in die Tanzphysiotherapie – Theorie und Praxis

1) Was ist Tanzphysiotherapie?

Tanz erfordert Höchstleistungen auf physischer und mentaler Ebene, unabhängig von der Tanzdisziplin und vom Trainingslevel. Je höher die Anforderungen einer tänzerischen Karriere werden, umso mehr Leistungsbereitschaft, Disziplin und körperliche Voraussetzungen müssen übereinstimmen.

Häufig können Schmerzen bzw. Verletzungen im Tanzbereich den gesamten Bewegungsapparat betreffen, mit einer längeren Auszeit sowie chronischen Einschränkungen verbunden sein, die die Leistungsfähigkeit von Tänzer*innen beeinträchtigen und sogar ihre Karrieren beenden können.

Die Tanzphysiotherapie hat das Ziel, eine spezialisierte Betreuung für Tänzer*innen im Profi-, Ausbildungs- und Amateurbereich durch qualifizierte Physiotherapeut*innen zu ermöglichen. Das Tätigkeitsprofil umfasst die tanzspezifische Verletzungsprävention und Schmerzbewältigung sowie die funktionelle Rehabilitation von Tanzverletzungen und bietet auch Maßnahmen zur therapeutischen Unterstützung der Tänzer*innen im Tanztraining sowie bei Wettbewerben und Auftritten an.

Im Seminar „Einblick in die Tanzphysiotherapie“ geht es darum, die Grundlagen der berufsspezifischen Anforderungen in der Tanzwelt zu erfahren, einen Blick „hinter die Kulissen“ von Profitänzer*innen werfen zu können und praxisorientierte Maßnahmen für die physiotherapeutische Betreuung und Versorgung von Tänzer*innen kennenzulernen.

2) Inhalte:

- Theoretische Wissensvermittlung von Tanzanatomie und Tanzvokabular
- Tanzphysiotherapeutische Befunderhebung und Bewegungsanalyse
- Tanzspezifische Behandlungsansätze und Assessment Tools
- Einblicke in den Arbeitsalltag von Profi-Tänzer*innen
- Workshop mit Live-Patientin (Profitänzerin aus dem Klassischen Ballett)
- Überblick über Weiterbildungsmöglichkeiten

3) Ziele:

- Dieses Seminar soll die Berührungsangst mit Tänzer:innen als Patient:innen abbauen: "Was unterscheidet Tänzer*innen von anderen Patient*innen bzw. Sportler*innen?"
- Der Einblick in die Tanzphysiotherapie unterstützt Physiotherapeut*innen dabei, durch die erworbenen theoretischen Grundlagen und praxisbezogenen Maßnahmen, die Betreuung von Tänzer*innen aus dem Profi-, Ausbildungs- und Hobbybereich zu optimieren.
- Die erlernten Kenntnisse über die Tanzanatomie und die tanztechnischen Anforderungen ermöglichen eine tanzspezifische Befunderhebung und Bewegungsanalyse.
- Das erweiterte Wissen über tanzrelevante Behandlungsansätze und Assessment Tools führt zu einer bedarfsorientierten Therapiegestaltung in der Verletzungsprävention, Schmerzbewältigung und funktionellen Rehabilitation von Tanzverletzungen.
- Durch den Blick „hinter die Kulissen“ wird der Arbeitsalltag von Profi-Tänzer*innen und ihre berufsbezogenen Bedürfnisse verdeutlicht, was für eine angemessene physiotherapeutische Betreuung relevant ist.

4) Methodik:

- Theorievorträge und Präsentationen
 - Praktische Übungseinheiten
 - Praktische Demonstration
 - Interaktiver Workshop mit Live-Patient*in
 - Diskussion, Austausch, Zeit für Fragen
 - Reflexion
-

Zu meiner Person:

- Physiotherapeutin mit Schwerpunkt Orthopädie
- Spezialisierung auf Tanzphysiotherapie (Bühnentanz, Performance, Tanzsport)
- Gründerin/Leitung DANCERS:CARE Kompetenzzentrum
- Zertifizierte Tanzphysiotherapeutin
- Zertifizierte Tanzmedizinische Trainerin
- M.A. Contemporary Dance Performance
- B.A. Performing Arts (Tanz, Gesang, Schauspiel)
- Dipl. Pilates Trainerin
- Dipl. Body-Vital-Trainerin
- Vereinsmitglied @ ta.med (Verein für Tanzmedizin)
- Vereinsmitglied @ IADMS (International Association for Dance Medicine and Science)

Als zertifizierte Tanzphysiotherapeutin und dipl. Bühnentänzerin/Darstellende Künstlerin steht die Beratung und Versorgung von Tänzer:innen, Performer:innen und Tanzschaffenden im Mittelpunkt meiner Tätigkeit.

Ich habe Anfang 2023 **DANCERS:CARE**, das 1. Österreichische **Kompetenzzentrum für Verletzungsprävention und funktionelle Rehabilitation der Darstellenden Künste TANZ - PERFORMANCE - MUSIKTHEATER**, mit Standort Wien eröffnet. Hier steht die interdisziplinäre Betreuung von Tänzer:innen, Darsteller:innen und Tanzschaffenden im Mittelpunkt.

Ich betreue das Wiener Staatsballett der Staatsoper und Volksoper, die Ballettakademie der Wiener Staatsoper, Musical-Darsteller:innen der Vereinigten Bühnen Wien sowie freischaffende (inter)nationale Tänzer:innen, Performer:innen, Student:innen (Musical, Ballett, Zeitgenössischer Tanz, Tanzpädagogik) und Tanzsportler:innen und bin auch als Vortragende zu „Gesundheit im Tanz“ in verschiedenen Institutionen tätig.

Weitere Informationen finden Sie auf meinen Webseiten:

www.barbarabaumann.at

www.dancerscare.at