



# Muskelverletzungen – Rehabilitation – Return to sport

Guest Lecture von  
Jonas Spiess, Sportphysiotherapeut  
BASPO, Swiss Olympic Medical Center

**LIVESTREAM!**  
Für Zugriff hier klicken.



Berner  
Fachhochschule



# Guest Lecture

Durchgeführt von Physiobern und der Berner Fachhochschule

## Muskelverletzungen – Rehabilitation – Return to sport

Muskelverletzungen treten im Sport tagtäglich auf. Bis zu 50 % aller Verletzungen im Sport sind Muskelverletzungen, wobei mehr als die Hälfte davon die Oberschenkelmuskulatur betreffen. Hamstringsverletzungen haben im Spitzensport in den letzten 20 Jahren um 4 % zugenommen. 50 % der Rezidiv-Verletzungen treten innerhalb von 25 Tagen nach der Rückkehr zum Sport auf, was eine Herausforderung für die Rehabilitation darstellt. Ziel der Guest Lecture ist es, aktuelle Evidenz dazu aufzuzeigen, wie Athlet\*innen nach einer Muskelverletzung durch die Wahl der optimalen Belastung wieder auf ihr ursprüngliches Leistungsniveau gebracht werden können.



### Referent

Jonas Spiess, Sportphysiotherapeut  
BASPO, Swiss Olympic Medical Center  
Master of Advanced Studies in muskuloskelettaler Physiotherapie  
Physiotherapie-Verantwortlicher Schweizerischer Fussballverband

### Moderation

Michaela Born, Studienleiterin Weiterbildung Physiotherapie BFH  
Annina Zürcher, Vorstandsmitglied Physiobern

### Kosten

kostenlos

### Durchführung

Dienstag 22. Februar 2022, 18.00 – 19.00 Uhr

### Ort

Online-Präsentation

### Livestream

Die Online-Guest-Lecture wird per Livestream über das Web ausgestrahlt. Senden Sie uns eine E-Mail mit Ihrem Namen und Ihrer Institution an [weiterbildung.physiotherapie@bfh.ch](mailto:weiterbildung.physiotherapie@bfh.ch) und wir werden Ihnen den Link zum Livestream zustellen.