



physio.de

## **Buch. Die Bewegungsanalyse des Golfschwungs**

**Biomechanik und Physiotherapie auf dem Grünen Rasen.**

physio.de  
Meldung Nr. 8861  
vom 13.11.2015

Berlin, 13.11.2015

"Golf-Physiotherapie" von Dieter Hochmuth ist ein wunderbares Expertenbuch über die Biomechanik beim Golfen. Akribisch entschlüsselt der Autor die einzelnen Bewegungssequenzen, sondiert die funktionell-anatomischen Besonderheiten und erstellt Therapiekonzepte für verschiedene Ansprüche bezüglich des Golfsports. Im Mittelpunkt steht die Prävention und Physiotherapie des golfenden Menschen, nicht die Schlagweite.

Für alle die mit dem Golfsport und ihren Menschen zu tun haben, bietet das Buch einen sehr guten Einstieg und detailliertes Grundlagenwissen. Nach der Abhandlung der geschichtlichen Hintergründe der Sportart, erläutert Hochmuth ausführlich die Besonderheiten der verschiedenen Schläger und was sie über ihre Benutzer aussagen. Dabei geht er intensiv auf alle physikalische Faktoren beim Schlag und Material ein. Detailliert zerlegt er den präventiven biomechanisch optimierten Golfschwung in Sequenzen in vielen schematisierten Bildern.

Zu Beginn der Golf-Physiotherapie stehen die Bewegungsanalyse des Sportlers anhand von Videoaufnahmen und die Zusammenarbeit mit einem Trainer, der die Schwungtechnik vermitteln soll. Nach den golftechnischen anatomischen Grundlagen zeigt der Autor die klassischen Fehlbewegungen und Beschwerden auf. Entlastungen, Tipps und Selbsthilfe werden dann vorgestellt.

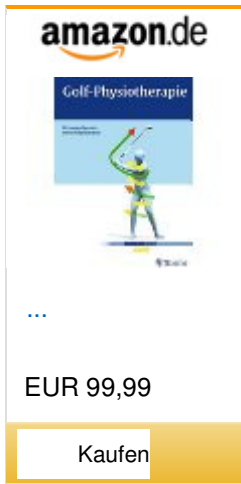
Die golfspezifische myofasziale Ganzkörpertherapie nimmt viel Raum ein und wird in hilfreichen Bildern dargestellt. Unterstützt werden die Hands-on-Techniken durch spezifische Kinesio-Tape-Anlagen, gefolgt von einer Reihe von Übungen.

Bei "Golf-Physiotherapie" geht dem Sportphysiotherapeut das Herz auf. Alle bekannten Messmethoden und biomechanischen Grundlagen kommen hier für die Therapie zum Zug und die Bebilderung ist zahlreich und gut. Der Preis von knapp 100 Euro ist allerdings ordentlich und die Investition natürlich nur für den sinnvoll, der mit Golfen beruflich zu tun hat.

### Bibliographie:

Dieter Hochmuth  
Golf-Physiotherapie

Thieme Verlag, 2015  
280 Seiten, gebunden. 532 Abbildungen  
ISBN: 9783132021112  
99,99 Euro



Ul.Ma. / physio.de

Fragen zum Artikel? Schreiben Sie uns eine E-Mail: [info@physio.de](mailto:info@physio.de)