

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 48 (2012)  
**Heft:** 5

## Inhaltsverzeichnis

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Muskelkraft

Bilder | Image | Immagine:  
GabyJ / photocase.com

## EDITORIAL | EDITORIALE

- 3** Muskelkraft  
La force musculaire  
La forza muscolare

## FORUM

- 6** Negative Formulierungen in der Physiotherapie

## GESUNDHEIT | SANTÉ

- 7** Zielgerichtete Krafttests  
Tests de force ciblés  
■ Roger Hilfiker
- 17** Krafttrainingsmethoden in der Physiotherapie  
Méthodes d'entraînement de la force musculaire en physiothérapie  
■ Nicolas Mathieu
- 23** Ganzkörpervibration als Krafttrainingsmethode  
La vibrotonie corporelle comme méthode d'entraînement de la force  
■ Kaspar Herren, Slavko Rogan, Lorenz Radlinger
- 31** Krafttraining im Kindes- und Jugendalter  
L'entraînement de la force chez l'enfant et l'adolescent  
■ Olaf Prieske et al.

## BILDUNG | FORMATION

- 37** Veranstaltungen/Kurzhinweise  
Manifestations/En bref
- 39** Strichzeichnung, Webplattform oder Smartphone-Video: ein Überblick zu Heimprogrammen  
Dessin, plate-forme web ou vidéo sur smartphone: un aperçu des programmes à domicile  
■ Gere Luder
- 46** Rendez-vous  
Rendez-vous

## VERBAND | ASSOCIATION | ASSOCIAZIONE

- 49** Fragen zu Ethik und Würde im Berufsalltag  
Questions sur l'éthique et la dignité de la personne dans le quotidien professionnel  
*Domande sull'etica e la dignità della persona nel quotidiano professionale*
- 51** Chefphysiotherapeuten-Treffen 2012  
Rencontre des physiothérapeutes-chefs 2012  
*Incontro dei fisioterapisti capo reparto 2012*
- 53** Klinischer Spezialist physioswiss – Spezialisierung mit breitem Nutzen  
Spécialiste clinique physioswiss – une spécialisation dotée d'un vaste champ d'application  
*Specialista clinico physioswiss – una specializzazione dotata di un vasto campo d'applicazione*

## PRI RP

- 59** BVG-Vorsorgestiftung physioswiss  
Fondation de prévoyance LPP physioswiss
- 60** Sermed informiert  
Sermed informe

## CARTE BLANCHE

- 62** Sind Supplamente im Sport sinnvoll?  
Faut-il recommander la prise de suppléments aux sportifs?
- 63** Impressum

## Schaumstoff nach Mass

für die Physiotherapie: Sitzkeile, Lenden-Gesundheitskissen, Mobilisationsrollen, etc.

**www.schaumstoff.ch**

Schaumstoff Härti AG  
Johannes Beuggerstr. 106 • 8408 Winterthur  
Tel: 052 223 19 77 • Fax: 052 223 03 25  
Verlangen Sie unsere Produkteliste

Negative Formulierungen in der Physiotherapie

M. Therese Schwaller, Physiotherapeutin, Neuenegg

**N**ach einer Knie-Operation war ich oft in der Physiotherapie. All die verschiedenen TherapeutenInnen waren sehr gut, aber etwas ist mir dabei sofort aufgefallen. Es waren die negativen Formulierungen bei den Übungen, wie «das gute und das **böse** Bein» und noch schlimmer «in den Himmel oder in die Hölle».

Ich finde, man sollte diese Merksätze **positiv** formulieren. Zum Beispiel «das gute und das operierte Bein» und eventuell «in den Himmel und auf die Erde».

Ich bin gespannt, ob mein Schreiben etwas bewirken kann. ■

## Galileo

### Das andere Vibrationstraining

(weltweites Patent)

Galileo arbeitet mit **seitenalternierenden** Vibrationen. Die Schwingungen übertragen sich über Muskelketten von den Beinen über das Becken auf den Oberkörper. Dadurch ist auch ein Trainingseffekt für den Stützapparat des Rumpfes gegeben.

- Keine unangenehmen Vibrationen im Kopf
- Stufenlos einstellbare Amplitude der Vibration, d.h. der Trainingsintensität
- Wirksamkeit durch zahlreiche Studien belegt

### Kurs: 24. November in Zürich

REMEDA GmbH info@remeda.ch  
Brahmsstrasse 18 www.galileo-schweiz.ch  
8003 Zürich  
Telefon 044 491 30 27 Fax 044 401 10 32

**ratio**  
physiotherapie reha fitness

**gymna**  
for total support



## Gymna - DIE Referenz in der Physiotherapie

**Ob Therapieliege, Elektro- oder Stoßwellentherapie:  
wir bieten Ihnen für jeden Einsatzschwerpunkt das  
passende Produkt.**

Überzeugen Sie sich und testen Sie die Gymna Produkte unverbindlich. Rufen Sie an: 041 241 04 04

Alle Informationen auf: [www.ratio.ch](http://www.ratio.ch)



**gymbo**  
International

**STAR TRAC**

**gymna**  
for total support

**PeakPilates**

**SPINNING** **ERGO-FIT**