


# Musikermedizin an der HfM Karlsruhe

## Übersicht



Kompetenzerwerb  
musikermedizinisches Wissen

- 1) Seminar: Musikermedizin – Prävention durch Körperkenntnis
- 2) Grundlagenvorträge: Gesund durchs Musikstudium, Gesund im Beruf
- 3) Punktuelle Angebote, bedarfsorientiert (Methodik-Bereich, Fachgruppen)
- 4) Ergänzende Angebote
- 5) Musikermedizinische Sprechstunden

# (1) Seminar

## Musikermedizin – Prävention durch Körperkenntnis

- Für Studierende aller Semester
- Durchlaufend mittwochs 10.30-12.30 Uhr in MUTprobe 1 o. 2
- Dozentin: [Frau Prof. Dr. med. Benita Kuni](#)
- Es werden Grundlagen der Musikermedizin vermittelt und individuelle Interessensgebiete behandelt.
- Das Seminar beinhaltet theoretische und praktische Elemente wie Körperübungen, mentales Training und Entspannungstechniken.
- Anmeldung bitte an: [benita@kuni.org](mailto:benita@kuni.org)

# (2) Grundlagenvorträge

## Gesund durchs Musikstudium

Für Studierende 1.-3. Semester Bachelor

- Üben/Überlastung
- Lampenfieber/Auftrittsangst
- Gehör-/schutz
- Struktur Musikermedizin HfM KA und Hilfsmöglichkeiten

## Gesund im Beruf

Für Studierende letzte 3 Semester Master

- Arbeitsplätze (Orchester, Musikschule, Open-Air, Auf der Bühne, Reisen)
- Ergonomie, Umgebungsfaktoren, Mutterschutz
- Gesunder Lebensstil
- Kurz: Überlastung, Gehör, Lampenfieber/Auftrittsangst

Jeweils im Sommersemester, [Anmeldung über das Career-Center](#)  
Dozentin: [Frau Dr. med. Petra Vöhringer](#)

# (3) Punktuelle Angebote - Beispiele

## Themenfeld: Lampenfieber, Mentaltraining

- ▶ Angebote des Career-Centers, interne Vertiefung von Mentaltrainingsmethoden
- ▶ Probespieltraining: ergänzend musikermedizinischer Input
- ▶ Lampenfieberanamnese: in der musikermedizinischen Sprechstunde Diagnostik und Empfehlungen

## Themenfeld Methodik:

- ▶ Musikermedizinische Ergänzungen in den Seminaren, interaktiv (Ergonomie), spezifische Übungen (Gymnastik, Mentaltechniken), Prävention

## Fachgruppenspezifischer Bedarf:

- ▶ Wunschthemen, z.B. Musikermedizinische Basics , funktionelle Anatomie-Specials (erweitertes Verständnis der Vorgänge beim Instrumentalspiel/Singen) , Instrumentenspezifischer Ausgleich/Ergonomie

Kontakt für Themenwünsche: [voehringer@kronenpraxis.de](mailto:voehringer@kronenpraxis.de)

# (4) Ergänzende Angebote

## „Train the Trainer“

Vermittlung von Spezialwissen für Lehrende (Stressreaktionen, Leistungsknick,...)

## Bedarfsorientierte Einzelthemen:

z.B. Gesund im Büro, Ernährung, Gesund durch die Infektzeit, Umgang mit Stress, Gesund auf Reisen uvm.

Kontakt für Themenwünsche: [voehringer@kronenpraxis.de](mailto:voehringer@kronenpraxis.de)

# (4) Ergänzende Angebote

## Angebote im Semesterhandbuch

Körpermethoden / Entspannungsverfahren

Atmung/Haltung/Sprechen/Bühnenpräsenz

## Zusätzliche Beratungen oder Einzelseminare in Fachgruppen

Haltung am / mit Instrument, für SängerInnen

Prävention durch Zusatzübungen, Maßnahmen zur Optimierung von  
Bewegungsabläufen

Kontakt für Themenwünsche: [benita@kuni.org](mailto:benita@kuni.org)

# (5) Musikermedizinische Sprechstunden

Individuelle Beratung, Diagnostik und Therapie in den Praxen:

- ▶ Bei Spielbeschwerden
- ▶ Bei Warnsymptomen
- ▶ Bei individuellen Fragen zur Prävention/Ergonomie
- ▶ Bei Vorerkrankungen, geplanten Operationen, Therapien (Medikamente)

Kassenabrechnung, Kontakt per Mail:

- ▶ Ortho-Zentrum (Prof. Dr. med. Benita Kuni) : [benita@kuni.org](mailto:benita@kuni.org)
- ▶ Kronenpraxis Allgemeinmedizin (Dr. med. Petra Vöhringer) : [voehringer@kronenpraxis.de](mailto:voehringer@kronenpraxis.de)