

Faszienmassage - Myofasziale Massagetechniken

Viele Menschen haben Rücken- oder Schulterschmerzen, die durch verspannte Faszien verursacht werden.

Mit der richtigen Faszienlösetechnik ist es möglich, eine tiefe Entspannung der schmerzverursachenden Strukturen zu erreichen, die durch die konventionelle Massage nicht gelöst werden kann.

Die Faszienmassage ist eine spezielle Form der Massage, die darauf abzielt, die Faszien im Körper zu lockern und zu entspannen.

Faszien sind Bindegewebsstrukturen, die den gesamten Körper durchziehen und Muskeln, Organe und Knochen umgeben.

Durch gezielte Massagegriffe und -techniken werden Verspannungen und Verklebungen in den Faszien gelöst, was zu einer verbesserten Beweglichkeit, Schmerzlinderung und Entspannung führen kann



Inhaltsauszug:

- Grundlagen der Faszienanatomie und -physiologie: Verstehen Sie die Struktur und Funktion der Faszien im menschlichen Körper.
- Techniken der Faszienmassage: Erlernen spezifischer Massagegriffe und -techniken zur Lösung von Verspannungen und Verklebungen.
- Praktische Übungen zur Faszienmobilisation: Anwenden und Üben von Mobilisationstechniken zur Verbesserung der Beweglichkeit und Reduktion von Schmerzen.
- Indikationen und Kontraindikationen: Erkennen und Berücksichtigen von Anwendungsgebieten und möglichen Einschränkungen.

Kursnummer:	BPW15003
Dauer:	2 Tage
Termin:	26.-27.07.2025 von 09:00 bis 15:00 Uhr
Referentin:	Monika Chomova , Kraniosakral-Therapeutin mit Diplom des Schweizerischen Instituts, Rehabilitations- und WellnessMasseurin und Trainerin, Heilpraktikerin, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Kursgebühr:	280,00 €
Ort:	Bad Kötzting

QR-Code zum Onlineangebot

Onlineangebot



Jetzt Online buchen



Zum Onlineangebot



Monika Chomova

Sichern Sie sich 10% Frühbucher-Rabatt bei einer verbindlichen Anmeldung bis 4 Wochen vor Kursbeginn!