

NEU!

**Somatic Education / Sensomotorics nach Beate Hagen®
Ganzheitliches Behandlungskonzept bei Problemen:
Becken, Hüfte, Knie und Fuss**

Ganzheitliches Behandlungskonzept zur Korrektur von
Fehlhaltungen

Somatic Education / Sensomotorics nach Beate Hagen® Ganzheitliches Behandlungskonzept bei Problemen: Becken, Hüfte, Knie und Fuss

Einleitung

Die „Funktionale Integration“ von Moshe Feldenkrais ist die Grundlage, auf der Prof. Dr. Thomas Hanna (USA) Somatic Education entwickelte. Die Methode ist ein Durchbruch in Diagnose, Therapie und Heilung orthopädischer, neurologischer und psychosomatischer Störungen. Ein neues Verständnis für unser Bewegungssystem eröffnet neue Wege von Therapie und Heilung. Durch chronisch kontrahierter und ausser Kontrolle geratener Muskeln entstehen Fehlhaltungen, Schmerzen, Funktionsstörungen. Wie sich die natürliche Ordnung im Bewegungsapparat wieder herstellen lässt, erfährst Du in diesem Kurs.

"We are not working with the muscles - we are working with the brain!"
T. Hanna

Handlungskompetenzen (Ziele)

Die Teilnehmenden wissen

- wie man Schmerzmuster aufspürt und diese bewusst macht
- wie man kontrahierte Muskeln zum Loslassen bringt
- wie man über das Gehirn Bewegungsmuster umprogrammiert

Die Teilnehmenden kennen

- ein praktisches Eigen-Übungsprogramm für Zuhause
- Übungen für die Körperwahrnehmungsschulung

Inhalte

- wie man erkennt, wie Haltung und Bewegungseigenarten Schmerzen verursachen
- Schnellmobilisation der Wirbelsäule vom Becken heraus
- Wiedererweckung vergessener Muskeln, z.B. Becken / Hüfte / Taille / Schultern
- Iliopsoas, der "unerkannte Übeltäter"
- Lösung der Waden bzw. Beinmuskulatur
- Befreiung des Fusses und Armes
- Erlernen von Sensomotorischen Übungen zur Rückgewinnung und zum Erhalt von Muskelkontrolle

Methoden/ Arbeitsweisen

20% Theorie und 80% Praxis

- Peerfeedback und Feedback durch die Lehrperson während des praktischen Übens
- Einzel- und Gruppenarbeit verbunden mit Untersuchungs- und Behandlungstechniken
- Anleitung von Selbsterfahrungs- und Selbsterforschungstechniken

Techniken:

Pandiculation: (wörtl.: "Gliederstrecken nach dem Erwachen")

- wie man chronisch kontrahierte Muskeln neu programmiert und die Funktion wiederherstellt

Kinetic mirroring:

- wie man mit einem Griff chronisch kontrahierte Muskeln zum Loslassen bringt

Maximale Gruppengröße

20 Teilnehmende

Literaturhinweise

- Thomas Hanna „Beweglich sein - ein Leben lang“ Kösel Verlag
- Beate Hagen: „Somatic Education - ein neuer Weg aus Schmerz und Einschränkung“ Physikalische Therapie Sept. 2002
- „Diagnose Sensomotorische Amnesie“ Physikalische Therapie Sept. 2003
- „Stopp-, Start- und Traumareflex“ Die neuromuskulären Anpassungsreaktionen auf Stress und ihre Folgen. Physikalische Therapie Februar 2008
- „Muskelmanagement für Therapeuten“ Physikalische Therapie Februar 2011

Zielgruppe Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Massage, Heilpraktiken, Fitnesstraining, Körper- und Tanztherapie und Ärzteschaft

**Teilnahme-
voraussetzungen** Berufsdiplom

Dozent Jürgen Rohmann



- Physiotherapeut
- Dozent für Sensomotorics nach Beate Hagen®
- Motto: Alles hat seinen Sinn

Karin Stalinski



- Heilpraktikerin
- Masseurin
- Dozentin für Sensomotorics nach Beate Hagen®
- Motto: Weniger ist mehr

Kursort Bad Zurzach

Kurs 22231

Datum 12. – 14. Februar 2022

Zeiten 9.00 bis 18.00 Uhr

Kosten CHF 690.–