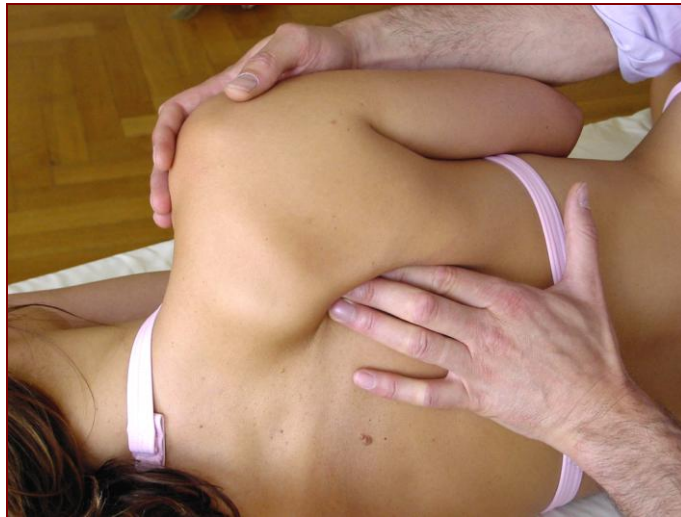


Fort- und Weiterbildungen für Therapeuten/innen



Kursübersicht ohne Daten

(Aktualisiert 31.12.20)

**UBH Seminare GmbH
& Institut für Integrative CranioSacral Therapie**

Sekretariat: Chemin des Voitats 7, CH 2533 Evilard (bei Biel)
Telefon: (0041) 032-325 50 10, heitmann-ubh@bluewin.ch, www.ubh.ch
Kursräume in CH 2502 Biel

Inhalt	Seite
Was ist Myofascial Release (MFR)?	2
Unser Lehrer für Myofascial Release	2
Die Faszien-Grifftechniken	3
Anwendungsmöglichkeiten	4
Aufbau der Ausbildung und Kursbeschreibung	4
Grundkurse - Kursthemen, Daten, Kursgebühren	6
Aufbaukurse (ABK 1-3) - Kursthemen, Daten, Kursgebühren	7
Fortgeschrittenenkurs (ABK 4) - Daten und Kursgebühren	7

In der Tiefe liegt die Lösung

Ausbildung in Myofascial Release - gezielte Faszienbehandlung

Was ist Myofascial Release?

Vielen Symptomen in der täglichen Praxis ist durch oberflächliche Massagen, herkömmliche Krankengymnastik oder rein neuro-muskuläre Ansätze nicht beizukommen. Die Ursachen liegen oft in bindegewebigen Verhärtungen und Restriktionen, die durch gezielte Tiefengewebe-Techniken gelöst werden können.

Myofascial Release ist eine körpertherapeutische Einzelbehandlung. Durch genaue Manipulation tief sitzender Bindegewebsrestriktionen, wird versucht über das Faszien-system ausgleichend auf den Gesamtorganismus einzuwirken und im zu neuer Balance und Vitalität zu verhelfen.

Dem Faszien-system wurde bisher in der Manuellen Therapie nur wenig Aufmerksamkeit eingeräumt. Mit Myofascial Release werden die dreidimensionalen, unseren Körper durchwebenden Faszien-systeme gezielt und differenziert behandelt. Die Beweglichkeit und Verschiebbarkeit des Bindegewebes wird verbessert, Gelenke werden entlastet, blockierte Gelenke lösen sich, stereotype Bewegungsmuster werden aufgelöst.

Warum gerade das Faszien-system behandeln?

Verdickungen, Verhärtungen oder Verfestigungen (Fibrosierungen) bzw. Dehydrierung des Bindegewebes, machen bestimmte Zonen oder Züge des Bindegewebes weniger beweglich bzw. lassen bestimmte Faszien-züge verkürzen. Die Gleitfähigkeit des Bindegewebes und dessen Stoffwechsel wird ungünstig beeinträchtigt. Dies führt über kurz oder lang zu schmerzhaften Syndromen wie z.B. Fibromyalgie und Myofaszi-ales Schmerzsyndrom

Diese Restriktionen haben mannigfaltige Ursachen und Wirkungen auf andere Gewebe oder Organsysteme.

Da alles miteinander verwoben ist, haben umgekehrt auch Veränderungen in Organen eine Auswirkung auf das Bindegewebe.

Eine ständige Wechselwirkung herrscht zwischen Nervensystem (ZNS u. autonomen NS), Endokrinum und mechanischen Zugspannungen im Bindegewebe. Ferner besteht eine Verbindung zum respiratorischen System, Verdauungstrakt, Urogenital-System, CranioSacral System etc.

Kurz: Wir finden eine komplexe Kette von Ursache und Wirkung im Wechselspiel.

Körpersegmenten und sichtbaren Veränderungen und Verkürzungen von Bindegewebszügen. Eine Ganzkörperpalpation weist auf die großen Problemzonen und Bindegewebsveränderungen innerhalb des Faszien-systems hin. Spezifisch werden die myofaszialen Triggerpunkte ermittelt. Daraufhin werden gezielt und individuell für die Person Faszientechniken angewendet.

Die Kursleiter



Andreas Klingebiel

Physiotherapeut FH, Cert. Advanced Rolfer®
Fachlehrer für Myofascial Release der Deutschen Gesellschaft für Myofascial Release (DGMR).
Eigene Praxis in Bern.



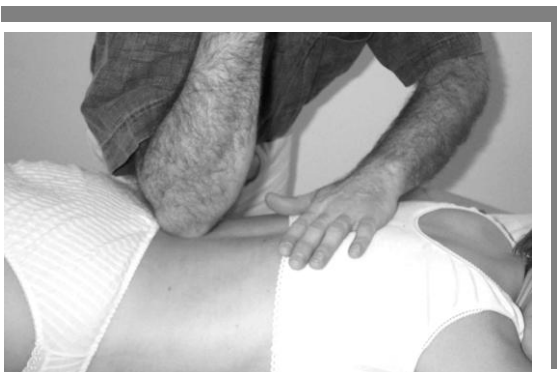
Tiefengewebebehandlung



Sanfte Faszien-Dehnungs-Griffe

Halten der Faszie auf subtiler Zugspannung bis eine Lösung des Gewebes eintritt.

Eine Behandlung der myofaszialen Triggerpunkte wie sie von Dr. J. Travell und Dr. Simons beschrieben wurden ist äußerst effektiv. Die Triggerpunkte werden durch manuelle Kompression (Inhibition) mit schmelzendem Druck behandelt.



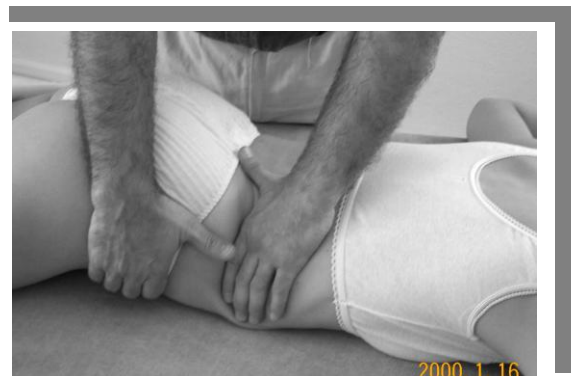
Faszien-Trigger-Punkt Behandlung

Inhibitorische Kompression von Triggerpunkten.

Die Faszien-Grifftechniken

Der myofasziale Ansatz, der hier unterrichtet wird, setzt Tiefengewebstechniken ein. Bei der Tiefengewebbehandlung benützt der Faszienbehandler, Knöchel oder Ellbogen, um die verhärteten Gewebe zu erreichen. Ist eine Tiefenbehandlung nicht angezeigt, werden die Faszien mittels Stretch-Griffen auf leichten Zug gebracht und solange gehalten, bis eine Lösung des Gewebes eintritt.

Einen weiteren Ansatz bietet das sogenannte „Unwinding“ des Gewebes (dt.: Freiwinden des Gewebes) indem man der inhärenten Bewegung der Gewebe folgt. Das Gewebe hat so die Möglichkeit, sich von selbst zu lösen.



Myofasziales Freiwinden des Gewebes

Der inneren Bewegung des Gewebes folgen.

Der Faszien-Behandler hat somit ein differenziertes Griff-Repertoire, mit dem er/sie individuell nach Person und Gewebestand behandeln kann.

Anwendungsmöglichkeiten von Myofascial-Release

Die Techniken können sowohl für sich allein eingesetzt werden, als auch in Verbindung mit herkömmlichen Methoden aus der Physiotherapie, med. Massage, Manualtherapie, Cranio-Sacral-Therapie, Osteopathie, Viszeraler Therapie und anderen.

Kursbeschreibung MFR

Am Institut für Integrative CranioSacral Therapie und UBH Seminare werden derzeit folgende Kurse in Myofascial-Release angeboten:

1. Der Grundkurs
2. Aufbaukurs 1 - Direkte Tiefenbehandlung Beckengürtel und untere Extremität
3. Aufbaukurs 2 - Direkte Tiefenbehandlung Schulter/Arm- Nacken
4. Aufbaukurs 3 – Integrationskurs Schwerpunkt Wirbelsäule
5. Aufbaukurs 4, Spezialkurs mit Andreas Klingebiel Fortgeschrittenen-Kurs mit wechselnden Themen

Eine Behandlung mit Myofascial Release hat sich bei folgenden Syndromen und Indikationen sehr gut bewährt:

- Myofaszielles Schmerzsyndrom
- Chronische Fibrosierung von myofaszialen Strukturen
- Beeinflussung und Stabilisierung von Skoliosen
- Reduzierung des Reizgeschehens bei Fibromyalgie und Myofaszialem Stress Syndrom
- Posttraumatischen Gelenkskontrakturen und BG-Restriktionen durch Narben hervorgerufen
- Narben nach chirurgischen Eingriffen
- Muskelverspannung aufgrund Stress
- Lumbo-Ischialgien
- Repetitive Strain Injury – Syndrom (Belastungssyndrom)
- Thoracic Outlet Syndrom und Cervico-Brachialgien
- Karpaltunnelsyndrom und Schulter-Arm-Syndrom
- Posturale Dysbalancen
- Kiefergelenks-Dysfunktionen mit muskulären Dysbalancen

Aufbau und Kursbeschreibung

Der Grundkurs (Kursdauer 3 Tage, 20 Stunden je 60 Min.)

Theorie:

- Das Konzept der Faszien als dreidimensionale Netze - Myofasziale Ketten.
- Rolle des Bindegewebes für unseren Organismus
- Ursachen von Bindegewebsrestriktion
- Neuro-myofasziale Schleifen
- Anwendung von Myofascial Release bei Symptombereichen des Bewegungsapparates
- Überblick über die Faszienbehandlungsmöglichkeiten

Praxis:

- Einführung in die Grundgriff-Technik der direkten Faszienbehandlung
- Behandlung der Lumbodorsal-Faszie
- Behandlung einer Thorax-Immobilität
- Behandlung von Nacken-Strukturen (Linea nuchae, laterale Zervical-Region, m. trapezius)
- Entspannung des m. piriformis
- Pelvic Lifts
- Behandlung der Hüftbeuger (m. psoas)
- Grundgriffe für die Rückenbehandlung

ABK 1 - Tiefenbehandlung: Becken u. untere Extremität (Kursdauer 3 Tage, 20 Std. je 60 Min.)

- Behandlung des Fußgewölbes
- Arbeiten mit X-O-Bein
- Calcaneus Retraktion im Stand
- Lösung der Adduktoren
- Sacrum-Float
- Inflare-Outflare Beckenkorrektur
- Myofasziale Behandlung des Beckenbodens
- Knieprobleme u. ISG-Blockaden
- Funktionale Arbeit mit Tuning Board und Artificial Floor

ABK 2 - Tiefenbehandlung: Schultergürtel-Thorax (Kursdauer 3 Tage, 20 Stunden je 60 Min.)

- Nackenbehandlung
- M. trapezius
- M. scalenus
- Faszien der Pectoralmuskeln
- Behandlung der Scapula
- Faszienlogenarbeit für Unterarm u. Hände
- Thoraxmobilisationen,
- Rippenbehandlung u. m. serratus anterior
- Behandlung der Axilla
- Lösen der oberen Thoraxapertur
- Brachialgie, Tennisellenbogen und Karpaltunnel-Syndrom

ABK 3 - Abschluss- und Integrationskurs (Kursdauer 3 Tage, 20 Stunden je 60 Min.)

- Spinale Techniken und Integration
- Funktionsweise der kurzen spinalen Rotatoren
- Behandlung des Transversospinalen System der Rückemuskulatur (m. multifidus)
- Endothorakalfaszie und Transversalfaszie
- Spiralorientierte Klientenpositionen
- Nackenarbeit
- Cranio-mandibuläre Behandlung (m. masseter, Temporalis-Faszie, mm. pterygoidei)
- Diskusprolaps, Skoliosen und Schleudertrauma
- Synthese
- Abschlusstest

ABK 4 – Fortgeschrittene exklusiv in Biel/Bienne (Kursdauer 3 Tage, 20 Stunden je 60 Min.)

Für wen eignet sich die Ausbildung in Myofascial Release ?

Das Training in Myofascial Release eignet sich für Physiotherapeuten/innen, Osteopathen/innen, Med. Masseur/innen, Heilpraktiker/innen, Ärzte/innen; Craniosacral Therapeuten/innen, Körpertherapeuten/innen verschiedener Richtungen (Rebalancing, Shiatsu, Feldenkrais etc.) mit guten Anatomiekenntnissen.

Wir bieten neben unseren regulären Kursen auch die Möglichkeit der Ausbildung von Einzelpersonen und Inhouse-Trainings in Institutionen der Rehabilitation, Privatkliniken u.s.w.

Die durch UBH Seminare GmbH angebotenen Kurse in Myofascial Release sind darauf ausgerichtet, den Teilnehmern fundiertes theoretisches Wissen und Behandlungstechniken zu vermitteln, welche umgehend erfolgreich in die therapeutische Praxis integriert werden können.