

## **Funktionelle Myofasziale Integration löst Myofascial Release ab**

Unser Kursleiter Andreas Klingebiel hat sich entschieden, sein eigenes Behandlungskonzept für das myofasziale System zu entwickeln und ab 2021 zu unterrichten. Es ist eine Weiterentwicklung des bisher von ihm unterrichteten Myofascial Release Konzeptes.

### **Was ist Funktionelle Myofasziale Integration (FMFI)?**

Das Wissen um die Bedeutung der Faszien und des myofaszialen Systems für den menschlichen Körper wurde in den letzten Jahren stark erforscht. Faszien bilden ein hochkomplexes dreidimensionales Netz, das unserem Körper seine ganz individuelle Form verleiht. Sie sind das Bindegewebe, welches die Muskeln, Blutgefäße, Nerven, Organe und Knochen umspannt, verbindet und differenziert. Verletzungen, Unfälle, Operationen sowie Fehlhaltungen/-belastungen oder Bewegungsmangel können zu Spannungsdysbalancen, Adhäsionen und verminderter Viskoelastizität in den Faszien führen. Verschiedenste funktionelle Störungen, Verspannungen und Schmerzen können die Folge sein.

FMFI ist ein ganzheitliches, integratives manuelles Behandlungskonzept des myofaszialen Systems. Relevante wissenschaftliche Erkenntnisse werden mit in der Praxis bewährten Behandlungsansätzen verbunden (basierend auf der 'Strukturellen Integration').

FMFI behandelt gezielt Restriktionen und Funktionseinschränkungen im myofaszialen System, neue Bewegungs-, Haltungs- und Wahrnehmungsmöglichkeiten werden erlernt.

Die Funktionalität, Bewegungsfreiheit und Resilienz des myofaszialen Systems werden verbessert, der Körper kann sich wieder besser in der Schwerkraft organisieren – er findet ins Lot, der Gesamtorganismus erlangt mehr Balance und Vitalität.

Verschiedenste Beschwerdebilder, chronische Verspannungen, Schonhaltungen und Fehlbelastungen sowie degenerative Veränderungen können behandelt werden.

«Für die Lösung von tiefsitzenden fasziellen Verhärtungen und Adhäsionen sind die langsam schmelzenden myofaszialen Techniken, wie sie etwa in der Rolfing®-Methode der Strukturellen Integration verwendet werden, in den meisten Fällen das Wirkungsvollste, was ich hierzu kenne.»

Dr. biol. hum. Robert Schleip, Direktor der Fascia Research Group, Universität Ulm

### **Warum gerade das myofasziale System funktionell behandeln?**

Das myofasziale System bildet ein hochkomplexes dreidimensionales Spannungsnetzwerk, welches für die Haltung, Funktionalität, Bewegungsfreiheit und Resilienz des menschlichen Körpers von grosser Bedeutung ist. Die Faszien gelten als 'Organ der Form'. Forschungsergebnisse lassen darauf schliessen, dass die Faszien das anpassungsfähigste Organ überhaupt im Körper sind.

Faszien sind zudem unser reichhaltigstes Sinnesorgan, sie gelten als unser sechster Sinn, das 'Organ der Kinästhesie'. Ihnen verdanken wir die Körperwahrnehmung im Raum (Propriozeption) und unser Körperempfinden (Interozeption). Weiter spielen die Faszien eine wichtige Rolle bei der Schmerzwahrnehmung (Nozizeption).

Die Faszien sind das körperliche Gedächtnis, die Erinnerungen der Körpergeschichte ist auch in den Faszien verortet. Zudem stehen sie in Verbindung mit unserer Psyche. Jede Körperwahrnehmung und -empfindung hat auch eine emotionale Komponente und umgekehrt.

Verfilzungen (Adhäsionen) und Verfestigungen (Fibrosierungen), Dehydrierung und Spannungsdysbalancen (verminderte Viskoelastizität), können zu einer Vielzahl von funktionellen Störungen, Verspannungen, Schmerzen und Syndromen führen. Weiter kommt es zu negativ veränderten Körperwahrnehmung. Diese Restriktionen haben mannigfaltige Ursachen und Wirkungen auf andere Körperstrukturen oder Organsysteme.

**Kursleitung:** Andreas Klingebiel, Begründer der Funktionellen Myofaszialen Integration, Dipl. Physiotherapeut FH, Sportphysiotherapeut, Certified Advanced Rolfer™, Dozent art of motion

**Information & Anmeldung:** UBH Seminare GmbH, ch. des Voitats 7, 2533 Evillard, 032 325 50 10  
heitmann-ubh@bluewin.ch, www.ubh.ch