

Muskeln/Knochen/Faszien – ertasten, spüren



Bettina Baumgartinger

1-Tagesseminar

Voraussetzung: Modul 1

Ergänzend zu dem Anatomie-Teil 1, in dem es um den Bewegungsapparat geht, ist das Ziel dieses Seminars die einzelnen Muskeln und Knochen am Körper zu finden, zu ertasten, erspüren, Muskelansatz und Ursprung aufzusuchen. Einzelne Knochenstrukturen aufzufinden, wie z.B. Kiefergelenk, Ellenbogen, Wirbelsäule, Kniegelenk ..., um sich dann leichter orientieren zu können, wo bestimmte Bowen-griffe ausgeführt werden.

Wir werden diese wichtigen Strukturen mit speziellen Stiften auch auf die Haut aufmalen, um ein tieferes Verständnis zu bekommen. Wir wollen ein besseres Gespür für das Gewebe entwickeln, Spannungen, Verklebungen fühlen und vieles mehr. Da die Faszien im Körper so wichtig sind und es ganze Muskelketten gibt, die von der Fußsohle bis zum Kopf verlaufen, werden die wichtigsten Muskelketten erklärt und dargestellt, auch die Verbindungen zum Körperinnern, die Bedeutung der Zwerchfells usw.

Wir werden an diesem Tag sehr viel praktisch arbeiten um eine Sicherheit beim „Ertasten“ auf den Körper zu erlangen und unsere Hände fühlen, was sich unter der Haut befindet.