

# **Ortho-Bionomy® und Faszien 1**

## **Behandlung bei Rückenschmerzen, Becken, Beine**

### *Die myofaszialen Autobahnen des Körpers 1*

Die Faszien können, als das den ganzen Körper durchziehende, funktionelle Netzwerk, als „Außenstelle des vegetativen Nervensystems“ und als der „Sitz des 6. Sinnes, des Körpersinnes“ betrachtet werden.

Mit der Oberflächenfaszie und dem Epi- Peri- und Endomysium, welche auch als Muskelhülle, Muskelfaserhülle und Bindegewebe der Muskelzellen bezeichnet werden können, stellen die Faszien ein komplexes Gewebesystem dar, welches den größten Teil der Propriozeption und mit den visceralen Faszien zusammen die Interozeption trägt.

Die Lenden – Becken – Bein Region ist in hohem Maße abhängig von dem Zusammenspiel der Faszien und myofaszialen Ketten. Elastizität und fasziales Gleitverhalten der unterschiedlichen faszialen Ketten zueinander sind wichtige Voraussetzungen für schmerzfreies und ökonomisches Bewegen von Rumpf und Beinen. Die Prinzipien der Ortho-Bionomy® und die aktuelle Fasziensforschung bieten hier den stimmigen theoretischen Unterbau.

Die Behandlung der faszialen Ketten (adaptiert nach Myers, Stecco und Tamura) nach ortho-bionomischen Prinzipien steht in diesem Kurs im Vordergrund. Die Behandlung von Chapman und Goodheart Zonen ergänzt das Konzept.

Über Entlastungen in diesem Netzwerk, können wir alle Formen von Rückenschmerzen behandeln.

Besonderes Augenmerk in diesem Kurs liegt einerseits auf den myofaszialen Übergangszonen und den Chapman Zonen, andererseits auf der präzisen, einfachen Umsetzbarkeit der Prinzipien der Ortho-Bionomy®.

Das Alleinstellungsmerkmal der Ortho-Bionomy® sind die ressourcenorientierten Prinzipien und die „softskills“ – die Regeln der therapeutischen Interaktion, welche die Methode so stimmig, klar, präzise und angenehm für Therapeut und Patient macht.

Dieser Kurs bezieht den aktuellen Stand der Fasziensforschung mit ein und zeigt deren Auswirkungen in der praktischen Umsetzung auf.

#### **Kursinhalte:**

- aktuelle Forschungsergebnisse: Rückenschmerzen und Faszien
- Was sind Faszien und was sind ihre Aufgaben
- Faszien – der 6. Sinn – Außenstelle des Nervensystems
- Die Rezeptoren des Fasziensystems und ihre Behandlung
- Entlastung des vegetativen Nervensystems
- Entlastung der faszialen Übergangszonen im Verlauf der Fasziengkette („Hotspots“)
- Entlastung von Chapmanzonen (neurolymphatische Reflexzonen in den Faszienschichten)
- Entlastung von Goodheart Zonen
- Myofasziale Ketten und deren Auswirkungen auf die Rückengesundheit
- Behandlung wichtiger myofaszialer Schlüsselzonen im Epi- und Perimysium
- Das primär stabilisierende System aus faszialer Sicht
- Elastizität und Kraftweiterleitung für eine gesunde Rumpffunktion

**Kursleiter:** Stefan Andrecht, Physiotherapeut, Heilpraktiker beschränkt auf Physiotherapie, Dozent in Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz, beim Deutschen Institut für Ortho-Bionomy, der IGFRT, Veröffentlichung von Fachartikeln z.B. in der PT – Zeitschrift für Physiotherapie