

Rückentraining in der Schmerztherapie

Ganzheitliche Schmerztherapie

NATURHEILKUNDE



Unsere Wirbelsäule ist – anders als das deutsche Wort besagt – kein statisches Gebilde. Sie hat neben einer stabilisierenden, einer schützenden und einer dämpfenden auch eine dynamische Funktion.

Dem Training dieser flexiblen Stärke wird in diesem Kurs Rechnung getragen. Sie

erlernen und erspüren an sich selbst die menschliche Anatomie und erkennen in welchem Zusammenspiel sich unsere Lebensachse mit Schulter- und Beckengürtel, Armen und Beinen in der Schwerkraft optimal organisiert: Denn eine gesunde Wirbelsäule beginnt schon an den Füßen und erfordert eine gute Koordination von Armen und Beinen!

Arbeitsbedingte Fehlhaltungen und Bewegungsmangel bestimmen unseren Alltag, Stressbelastungen verursachen Rückenbeschwerden, der Mensch ist zu einem `Sitzling` geworden. Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule und Muskelverspannungen sind die schmerzhaften Folgen dieses `Zivilisationskorsetts`.

Dieses ganzheitliche Rückentraining soll dazu beitragen, möglichen Beschwerden der Wirbelsäule und unserer Muskulatur vorzubeugen, sowie bestehende Probleme zu lindern und langfristig zu beheben.

Dabei werden mögliche Ursachen für Beschwerden angesprochen, Mobilisierungsmöglichkeiten der am meisten betroffenen Gelenke aufgezeigt, betroffene Muskelgruppen entsprechend nach ihrem Verkürzungsgrad gedehnt oder schwache Muskulatur gekräftigt.

Dieses Seminar befähigt Sie, mit dem unterschiedlichsten Patientenkontext selbstständig im Bereich des Rückentrainings zu arbeiten.

Bitte mitbringen: Decke oder Yogamatte und Gymnastikkleidung.

Der Kurs eignet sich für therapeutisch Tätige.

Dozent/in Barbara Schütza: Jg. 1974. Nach erfolgreicher Karriere im Hochleistungssport absolvierte Barbara Schütza ihr Diplom-Studium an der Deutschen Sporthochschule Köln, dozierte an diversen Fachhochschulen, Universitäten und Akademien und wechselte auf die Trainerseite. In enger Zusammenarbeit mit der Praxis Springer betreute sie Sportler/in als PT und erweiterte ihr Repertoire durch Massagen und Physiotherapie. 2012 sattelte Frau Schütza zur Heilpraktikerin um und arbeitet seit 2014 in eigener Praxis mit den Schwerpunkten Chiropraktik, Atlas-Therapie und Sportosteopathie. Ihre Fortbildungen: Manuelle Therapie, Medizinische Trainingstherapie, Manuelle Lymphdrainage, FDM, Massage und Sportmassage, Neuraltherapie, Osteopathie.

Termine:

Sa. 05.12.2026

So. 06.12.2026

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

280,- Euro *

Paracelsus

Gesundheitsakademie

Barbarossaplatz 4

50674 Köln

Tel. 0221 - 923 07 70

Seminarnummer:

SSH50190626V8

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

