

## Faszien-Yoga | 26 FP



Fasziale Untersuchungs- und Behandlungstechniken sind in den letzten Jahren zu einer festen Basis in der Physiotherapie geworden.

Die meisten Faszientechniken sind passive, therapeutische Maßnahmen. Um einen langfristigen Behandlungserfolg zu erreichen, sind aktive Techniken notwendig. Hierzu eignen sich am besten Übungen aus dem Yoga. Es ist wichtig, den Patient:innen Möglichkeiten mit auf den Weg zu geben, das fasziale System außerhalb der Therapiezeiten zu trainieren und langfristig positiv zu beeinflussen.

Alle Yoga-Techniken und Ausgangsstellungen mobilisieren und trainieren das fasziale System. Aufbauend auf die 6 grundlegenden Faszienketten aus der Osteopathie erlernen Sie jede dieser Ketten in einer Vielzahl von Übungen aus dem Yoga zu trainieren. Diese Übungen sind so weit an die Physiotherapie und die Patient:innen angepasst, dass sie bei jedem Krankheitsbild sinnvoll eingesetzt werden können.

Sie können diese Yoga-Faszien-Übungen in Ihre Therapie mit einbeziehen oder sie den Patient:innen als Eigenbehandlung mit auf den Weg geben.

### Themen des Kurses:

- Anatomie der 6 faszialen Grundketten der Osteopathie
- Physiologie und Funktion des faszialen Systems
- Bedeutung des verbindenden Faszien Gewebes
- Wirkungen der Yoga-Faszien-Übungen: Anregung des Faszien-Muskel-Systems und Lymphsystems, verbesserte Kraftweiterleitung, größere Beweglichkeit und Schmerzminderung
- Übungsvarianten aus dem Yoga für jede Faszienkette und Faszienfunktion
- Eigenbehandlung für unterschiedliche Krankheitsbilder
- Anatomie, Physiologie und Biomechanik der Diaphragmen und der Einfluss auf das fasziale System
- Techniken aus dem Atemyoga (Pranayama), abgestimmt auf die Physiologie der Diaphragmen

<b>Leitung</b>	Lehrteam der Medical Yoga Academy, Berlin
<b>Kursgebühr</b>	0,00 € inkl. Skript
<b>Beginn</b>	11.12.2025
<b>Ende</b>	12.12.2025
<b>Kurszeiten</b>	Do. 11.12. bis Fr. 12.12., 09:00 - 17:30 Uhr
<b>Kursort</b>	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Sport- und Gymnastiklehrer
<b>Fortbildungspunkte</b>	26