



NACKEN UND SCHULTERN

Die Arbeit mit den Strukturen des Nackens und der Schultern und dem Gegenpol.

Nacken und Schulterschmerzen sind ein häufiges Phänomen in der heutigen Zeit.

Sowohl der Nacken als auch der thorakale Einlass sind sehr heikle Regionen im Körper, da hier sehr viele Muskeln, Blutbahnen, Nerven und weiteres Gewebe im kleinsten Raum untergebracht sind. Kommt es hier zu einem Ungleichgewicht können sehr schnell Schmerzen, ein Gefühl von Enge und Ziehen entstehen. Schmerzen im Nacken und Schultern sowie Kopfschmerzen sind Folgen davon.

Wir lernen in diesem Kurs die Strukturen der Halswirbel, der Muskulatur um den Nacken und Schulterbereich und das Hauptnervensystem, welches diesen Bereich innerviert, kennen. Es werden Techniken vermittelt, um mit diesen Strukturen zu arbeiten, Spannungen und Schmerzen zu lindern und zu lösen sowie nachhaltig zu entspannen.

Mittels des Polaritätsprinzipes erkennen wir die Gegenpole der Schultern und des Nackens. Arbeiten mit diesen Strukturen des Gegenpols um ganzheitlich eine Lösung der Schmerzen und Spannungen zu bewirken.

Die Arbeit ergänzen wir mit sinnvollen und einfachen Polarity-Yoga-Übungen, welche wir unseren Klient:Innen weiter geben können.

Leitung: Peter Lüthi, Dipl. Polarity Therapeut, Polarity Yoga Trainer, Biodynamischer Craniotherapeut, Trauma-Arbeit nach Peter Levine (SE) in eigener Praxis.

Zielgruppe: Richtet sich an Polarity-Therapeut:Innen und –Studenten:Innen, Craniosacral-, Reiki oder auch Shiatsu-therapeut:Innen. Therapeut:Innen anderer Richtungen mit Interesse an körperorientierter Unterstützung sind ebenso angesprochen.

Kursdaten: Samstag, den 11. Mai 2024 und Sonntag, den 12. Mai 2024

Kurszeiten: 9:15 bis 12:45 und 14:15 bis 17:45 Uhr

Ort: Praxis | Bundesplatz 6 | 6300 Zug

Kosten: CHF 440.-

Der Kurs kann mit 14 Weiterbildungsstunden bei EMR und ASCA abgerechnet werden.

Anmeldung an: Peter Lüthi, Bundesplatz 6, 6300 Zug - per E-Mail: peter-polarity@bluewin.ch

Name:

Vorname:

Strasse:

Hausnummer:

Postleitzahl:

Ort:

E-Mail:

Handy-Nummer:

Ort, Datum:

Unterschrift: