

Gesunder und glücklicher Rücken

DIE WIRBELSÄULE IM GLEICHGEWICHT

Mit Mary Louise und
Christopher Muller, USA*



Viele Menschen leiden unter chronischen Rückenschmerzen. Wir müssen uns also fragen: Wie können Menschen einen gesunden, zufriedenen Rücken erlangen? In diesem eintägigen Seminar lernen die Teilnehmenden verschiedene Techniken sowohl aus der Polarity-Therapie als auch der Craniosacral-Therapie, welche dazu beitragen, eine



gesunde und vitale Wirbelsäule zu fördern. Die Teilnehmenden lernen unter anderem mit Methoden zu arbeiten, die Dr. Randolph Stone im Rahmen der Polarity-Therapie entwickelt hat – in den Unterricht integriert werden seine Energiekarten des fünfstrahligen Sterns, des sechsstrahligen Sterns und der Felder der Schwerkraft.

DATUM:

Mittwoch, 02. Oktober 2019

KURSZEIT:

Jeweils von
09.15 – 12.45 und
14.15 – 17.45 Uhr
Insgesamt 7 Kursstunden

KOSTEN: CHF 240.–

KURSORT: Zürich

SPRACHE:

Englisch (mit deutscher
Übersetzung)

ZIELGRUPPE:

Für KörpertherapeutInnen und alle, die an praktischen Methoden interessiert sind, mit denen sie sich und anderen helfen können.

KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit hintenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr.100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Wenn eine Ersatzperson gestellt werden kann, entfallen diese Kosten. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

Die Teilnehmenden lernen in diesem einmaligen Seminar ausserdem, direkt mit den Iliosakralgelenken zu arbeiten und zwischen funktionalen und pathologischen Aspekten von Bewegung, Bewegungsfähigkeit und Beweglichkeit zu unterscheiden. Ferner arbeiten die Mullers mit der Lendenwirbelsäule und dem Zustand, der auch Spondylolisthesis

Wenn die Wirbelsäule in Balance ist, muss der restliche Körper nachziehen.

genannt wird und bei dem der fünfte Lendenwirbel nach vorn über das Kreuzbein gleitet. **Der Begriff Spondylolisthesis stammt aus dem Griechischen: spondylo bedeutet Wirbel und listhesis gleiten.** Die damit verbundenen Schmerzen lassen sich mit Techniken aus der Craniosacral-Therapie korrigieren, die behutsam, wirkungsvoll und nicht intrusiv angewendet werden.

In Verbindung damit arbeiten die Teilnehmenden an diesem Weiterbildungstag mit den Beinen als sogenannte lange Hebel für Becken, Kreuzbein und die unteren Lendenwirbel. **Diese funktionale Methode der Biodynamischen Craniosacral-Therapie wird auch „die Richtung der Leichtigkeit“ (direction of ease) und „Craniosacrale Balance“ genannt.** Dabei liegt die Klientin oder der Klient auf dem Behandlungstisch in der Regel auf dem Rücken, so dass sich dieser entspannen kann und während des Korrigierens unter-

stützt wird. Es kann aber auch in der Sitzposition gearbeitet werden, so dass der Körper in Beziehung zu den Feldern der Schwerkraft seine Balance finden und ins Gleichgewicht kommen kann.

Zudem fokussieren Mary-Louise und Christopher Muller in diesem Tageskurs auch darauf, in sitzenden wie liegenden Haltungen, mit dem Musculus psoas, dem grossen Lendenwirbel und den angrenzenden Bereichen zu arbeiten. In diesem Lendenwirbel kann sich sehr viel Spannung sammeln, was zu Bewegungseinschränkungen führt, die das Wohlbefinden der gesamten Wirbelsäule beeinträchtigen können.

** **Mary-Louise und Christopher Muller** sind Co-Leiter des "LifeShapes Institute" in Murrieta, Kalifornien. Sie praktizieren die Polarity Therapie seit 1979 und sind seit 1992 aktiv an der Entwicklung des biodynamischen craniosacralen Modells beteiligt. Mary Louise wurde sowohl von der American Polarity Therapy Association wie auch von der Biodynamic Craniosacral Therapy Association für bahnbrechende Beiträge auf dem Gebiet ausgezeichnet. Sie ist Autorin von „Einfach Mehr Energie“, „Somatisches Ressourcen" und „Selbsthilfe für kraniale Integration". Christopher ist nicht nur ein ausgezeichnete Lehrer, sondern entwickelt auch anatomische Modelle und veröffentlicht Bücher zur Embryologie von Blechschmidt und biodynamischen craniosacralen Arbeit.*

Anmeldetalon: Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für den Kurs «Gesunder und glücklicher Rücken» mit Mary Louise und Christopher Muller, vom 2. Oktober 2019:

Name Vorname

Strasse PLZ/Ort

Beruf Telefon

E-Mail Fax

Ort/Datum Unterschrift

Anmeldung senden an: Polarity Bildungszentrum Schweiz, Zwinglistrasse 21, 8004 Zürich oder faxen an: 044 218 80 89
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.ch • www.polarity.ch