

# Nackentbefreiung

Körperarbeit am Nacken für TherapeutInnen  
Mit Marty Morales, USA\*



**H**als und Nacken bilden eine faszinierende Region des menschlichen Körpers. In diesem kleinen Areal, das wir ohne weiteres mit unseren Händen umfassen können, läuft eine unüberschaubare Vielzahl von Aktivitäten rund um Knochen, Blut, unser Zentralnervensystem (ZNS), Lymphe, Nahrung, Wasser und Luft ab. Der amerikanische Rolfer Marty Morales offeriert in diesem zweitägigen Seminar pragmatische Wege, wie mit Spannungen und Schmerzen im Nackenbereich subtil und gleichzeitig sehr effizient gearbeitet werden kann.

Wer eines der leicht verständlichen YouTube Videos von Marty Morales angeschaut hat, kann sich schnell ein Bild davon machen, dass da ein begnadeter Lehrer komplexe Inhalte auf pragmatische Art vermitteln kann. Das strebt der

Im myofaszialen Teil zeigt er auf, wie der Nacken, der obere Torso und der Kopf wieder in eine optimierte Balance gebracht werden können. Im spinal ausgerichteten Teil des Seminars geht es primär darum, verdrehte und verschobe-

## Eine subtile Kommunikation zwischen Fingern und Gewebe sorgt für tiefgründige Veränderungen.

erstmal in der Schweiz zu Besuch weilende Kursleiter auch in diesem Seminar an. Abgeleitet aus den Traditionen der Osteopathie, der Craniosacralen Therapie, der Bindegewebsmassage und des Rolfings **widmet er einen Teil des Kurses den myofaszialen und danach den zweiten den spinalen Techniken subtiler Körperarbeit.**

ne Halswirbel sachte wieder in eine bestmögliche Position zu bringen. Diese **Korrekturen helfen entscheidend bei der Befreiung des Nackens von Schmerz und Spannungsmustern.**

Bei der myofaszialen Arbeit geht es darum, erst einmal das angespannte Gewebe zu palpieren und dabei heraus-

### DATUM:

01. – 02. Februar 2020  
(Samstag – Sonntag)

### ZEITEN:

09.15 – 12.45 und  
14.15 – 17.45 Uhr  
(insgesamt 14 Weiterbildungsstunden)

**KOSTEN:** Fr. 480.-

**ORT:** Zürich

**SPRACHE:** Englisch

(mit deutscher Übersetzung)

### ZIELGRUPPE:

Körpertherapeutinnen und -therapeuten, die gezielter und effektiver am Nackenbereich arbeiten möchten.

### KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem 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.

zufinden, in welcher Richtung sich das Gewebe als resistent zeigt und wie ihm mehr Raum offeriert werden kann, um sich neu zu organisieren. **Alle Muskeln im hinteren wie im vorderen Bereich des Nackens und spezifische Faszien zwischen Muskelgruppen stehen dabei im Zentrum des Arbeitens.**

Bezüglich der spinal ausgerichteten Arbeit betont der Gast aus San Francisco die Arbeit mit dem weichen Teil des Gewebes. Er bezieht sich dabei mit Blick auf die Bewegung der Wirbel direkt auf die Theorie des amerikanischen Osteopathen Harrison Fryette. Das an den einzelnen Wirbeln befindliche Gewebe wird dabei sanft bewegt und dadurch **dem Wirbel ein neues Bett geschaffen, wo er sich neu installieren und ausrichten kann.**

In der Abrundungsphase einer Sitzung braucht Marty Morales immer seine sogenannten Abschlusstechniken. Diese zeigt er den Anwesenden in der Abrundungsphase

## Sorgsames Dehnen von Gewebe und Muskel helfen bei der Integration der Erfahrung.

dieses Seminars. Subtile und gleichzeitig tiefgründige Dehnungen helfen der behandelten Person bei der Integration der vorangegangenen Arbeit. Damit **soll die sonst oft nach intensiver Nackenarbeit zu beobachtende Phase der Heilkrise mit zwischenzeitlich verstärkten Schmerzen umschifft werden.**

**Voraussetzung für eine Teilnahme in diesem Seminar ist ein körpertherapeutisches Vorwissen, wobei der Fachbereich unterschiedlich sein kann (Polarity, Rolfing, Craniosacral, Shiatsu, Schwedische Massage, Bindegewebsmassage, Feldenkrais und Somatic Experiencing, etc).**

## Das Gewebe weist in eine Richtung – und sucht dorthin nach Platz.

*\*Marty Morales ist lizenzierter Rolfer und Massagetherapeut in San Francisco mit breitem Zusatztraining im Bereich Osteopathie und Craniosacraler Therapie. Er kennt auch das Werk von Polarity Begründer Dr. Randolph Stone gut. Sein Weg als Körpertherapeut begann durch die Krankheit seiner Frau. Verschiedene Einflüsse und sehr viel praktische Erfahrung formten seine Arbeit zu einer ganz eigenen Mischung aus Rolfing, tiefer Bindegewebs- und craniosakraler Arbeit, die ihn zu einem viel gefragten Fachmann für Halswirbelsäulenprobleme gemacht hat. Seit 2005 unterrichtet er an der „San Francisco Schule für Massage und Körperarbeit“. Inzwischen ist er Co-Leiter der körpertherapeutischen Lehrgänge an dieser Schule. Am Rolf Institute in Boulder, Colorado, und São Paulo, Brasilien wurde er von weltbekannten Lehrern wie Monica Caspari und Jan Sultan zum Certified Rolfer und zum Rolf Movement Practitioner ausgebildet. Sein Buch „Mastering Body Mechanics – A Visual Guide for Bodyworkers“ gilt unter amerikanischen Körpertherapeuten als erstklassige Lektüre. Er unterrichtet in verschiedenen Bundesstaaten der USA, sowie in Polen und Taiwan – und nun neu auch in der Schweiz.*



**ANMELDETALEN:** Ich melde mich gemäss den vorne aufgeführten Bedingungen verbindlich an für die Weiterbildung **«Nackentherapie»** mit Marty Morales vom 01. - 02. Februar 2020:

Name ..... Vorname .....

Strasse ..... PLZ/Ort .....

Telefon ..... Fax ..... E-Mail .....

Ort/Datum ..... Unterschrift .....

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