

**Naturheilkunde**

Rückentraining in der Schmerztherapie – Ganzheitliche Schmerztherapie

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 schmerhaften Folgen dieses `Zivilisationskorsets`.

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 Patientenklientel selbstständig im Bereich des Rückentrainings zu arbeiten.

Bitte mitbringen: Decke oder Yogamatte und Gymnastikkleidung.

Der Kurs eignet sich für therapeutisch Tätige.

Termine

Sa, 24.10.2026

09:00-17:00 Uhr

So, 25.10.2026

09:00-17:00 Uhr

Preis

280,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Bremen
Schlachte 32, 3. OG
28195 Bremen
Tel. 0421-168 51 51

Seminarnummer

SSH28030526V8

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 18.01.2026

Dozentin**Anita Balcke-Küster**

Jg. 1967, geschieden, 4 Kinder. Im Anschluß an ihr Abitur begann für Frau Balcke-Küster der Weg in die Medizin. Nach den Ausbildungen zur Masseurin und med. Bademeisterin, Physiotherapeutin sowie dem Osteopathie- und Heilpraktikerstudium folgte 2020 die Prüfung zur HP Physio. Ebenfalls in 2020 übernahm sie die Leitung der Bremer Paracelsus Gesundheitsakademie. Sie geht all ihren Tätigkeiten mit großer Freude und Herzblut nach.