



 Beauty und Wellness

Triggerpunktmassage und Cross-Tapes am Rücken

Jeder 2. Deutsche leidet zumindest gelegentlich unter Rückenproblemen. Damit kann man durchaus sagen, dass dies eine Volkskrankheit ist.

Ursächlich sind meistens Fehlhaltungen, die insbesondere beruflich bedingt sind (langes Sitzen am Schreibtisch usw.). Diese führen zu Verspannungen im Rücken und Nacken-Schulter-Bereich. Eine Triggerpunktmassage kann hier sehr hilfreich sein.

Nach dem Triggern können sog. Cross-Tapes punktuell aufgeklebt werden. Im Gegensatz zum Kinesio-Taping sind hier keine anatomischen Kenntnisse über Muskeln etc. nötig. Daher sind diese Tapes ideal für den Wellnessbereich geeignet.

Der Kurs beinhaltet auch einen theoretischen Teil über den Aufbau von Muskeln und wie Triggerpunkte überhaupt entstehen können.

Bitte bringen Sie für den Kurs folgendes mit:

- Laken für die Liege
- eine Decke
- ein Kopfkissen

Die Materialkosten in Höhe von € 15 sind im Seminarpreis bereits enthalten.

Termin

Fr, 03.04.2026
10:00-18:00 Uhr

Preis

140,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Siegen
Birlenbacher Hütte 4
57078 Siegen
Tel. 0271-771 11 01

Seminarnummer

SSH59030426

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 21.03.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.