

 Naturheilkunde

Triggerpunkt -Therapie – Fachfortbildung

Neuesten Schätzungen zufolge sind etwa 90 Prozent aller Rückenbeschwerden nicht auf direkte Erkrankungen der Wirbelsäule zurückzuführen, sondern haben ihre Ursache in einer Fehlfunktion der Muskulatur. Oft sind hier muskuläre Triggerpunkte Auslöser der Schmerzen.

In diesem Triggerpunktseminar beschäftigen wir uns mit den anatomischen Grundlagen, der Lokalisation von Triggerpunkten sowie deren Behandlungsmöglichkeiten. Sie lernen die 20 wichtigsten Muskeln mit ihren Ausstrahlungszonen und den klassischen Triggerpunktlokalisierungen kennen, um eine adäquate Behandlung durchführen zu können.

Wir besprechen Behandlungskonzepte und verschiedene Techniken (Friktion, Kompression, aktive/passive Mobilisation, Dehnungen und Tiefengewebsmassage) und binden diese in ein schlüssiges therapeutisches Gesamtkonzept ein, so dass Sie in nach erfolgreichem Abschluss des Kurses in der Lage sind, eine 60-minütige Behandlung durchzuführen.

Inhalt des Kurses:

- Grundtechniken an den 20 wichtigsten Triggerpunkt-muskeln
- Anamnese
- Kontraindikationen
- Aufbau und Ablauf einer Triggerpunkt Behandlung
- Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Techniken (Mobilisation, Dehnung, Tapen)

Da in diesem Seminar viel in der Tiefe des Gewebes mit unseren Fingern und speziell den Daumen gearbeitet wird, sind kurze Fingernägel eine Grundvoraussetzung.

Das Seminar eignet sich für manuell arbeitende Therapeuten/innen und im Beauty- und Wellnessbereich Tätige.

Termine

Sa, 09.01.2027
10:00-18:00 Uhr
So, 10.01.2027
10:00-18:00 Uhr
[und 2 mehr](#)

Preis

575,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Berlin
Hallerstraße 3-6
10587 Berlin
Tel. 030-89 09 21 93

Seminarnummer

SSA10090127

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 20.02.2026

Dozent**Tobias Christoph**

Herr Christoph ist seit 2008 Heilpraktiker, absolvierte Ausbildungen und Qualifikationen im Bereich der Traditionellen Chinesischen Medizin, Sporttherapie, Chiropraktik und Osteopathie. Seine Erfahrungen als Personal Trainer hat er in diversen Sporteinrichtungen als Trainer seit 1999 aufgebaut. In seiner Praxis liegt der Behandlungsschwerpunkt im Bereich viszeraler und somatischer Dysfunktionen und Beschwerden. Seit 2012 vermittelt er als Referent verschiedene manuelle therapeutische Techniken sowie funktionelle Trainingsmethoden.