

 Beauty und Wellness

Bewegungstherapie für die Praxis aus der Praxis

Bewegungstherapie umfasst gezielte und individuell abgestimmte Bewegungsübungen, die dazu dienen bestimmte Krankheitsbilder, Beschwerden, Schmerzsymptome positiv zu beeinflussen.

Durch aktive oder auch sanfte Bewegungen werden Muskeln gestärkt, Gelenke mobilisiert und das Zusammenspiel von Körper, Haltung und Atmung verbessert.

Ziel ist es, Schmerzen zu lindern, die Beweglichkeit zu fördern und die Selbstheilungskräfte zu unterstützen.

Oft fehlt es trotz fundierter theoretischer Kenntnisse an der Übertragung in die Praxis. Genau hier setzt das Seminar an, indem es Schritt-für-Schritt-Anleitungen und detaillierte Beschreibungen typischer Fehlmuster bietet.

Inhaltliche Schwerpunkte:

Haltungs- und Bewegungsanalyse: Lernen Sie, Bewegungs- und Fehlmuster präzise zu erkennen und gezielt zu korrigieren.

Faszientraining: Effiziente Techniken zur Behandlung von Rücken- und Schulterschmerzen mit einem Fokus auf die Faszien Gesundheit.

Mobility- und Stability-Übungen: Praktische Übungen zur Verbesserung von Beweglichkeit und Stabilität – angepasst an die individuellen Bedürfnisse der Klienten.

Vielfältige Ansätze: Integration bewährter Methoden aus Yoga und funktionellem Training, um ganzheitliche Lösungen anzubieten.

Atemtraining: Atemtechniken zur Unterstützung von Entspannung, Stressabbau und Bewegungsoptimierung.

Trainingsplanung: Strukturierte Ansätze zur Erstellung von individuellen Trainingsplänen, die sich leicht in den Praxisalltag integrieren lassen.

Methodik:

Das Seminar bietet eine ausgewogene Kombination aus theoretischem Input, interaktivem Austausch und einer Vielzahl praktischer Übungen. Die Teilnehmenden profitieren von einem hands-on Ansatz, der eine direkte Umsetzung der erlernten Techniken in die Praxis ermöglicht.

Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an HeilpraktikerInnen, Yogalehrer/innen, und Therapeuten/innen, die ihre Kenntnisse im Bereich Bewegungstherapie vertiefen und praktisch anwendbar machen möchten.

Termine

Sa, 06.02.2027
10:00–18:00 Uhr

So, 07.02.2027
10:00–18:00 Uhr

Preis

320,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Freiburg
Bertoldstr. 65 (1. OG)
79098 Freiburg
Tel. 0761-70 28 71

Seminarnummer

SSH78060227

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 16.05.2026

Dozent

ozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.