

Faszienmassage

auch für den Wellnessbereich

NATURHEILKUNDE



Die Faszienmassage ist eine Tiefengewebsmassage zum Lösen von Verklebungen, Verfilzungen und Verhärtungen im myofaszialen Bereich.

Unter Faszien werden im medizinischen Bereich die kollagenhaltigen Fasern des Bindegewebes verstanden. Diese verbinden und umhüllen von Kopf bis Fuß unsere

Muskeln, Sehnen, Bänder und Organe. Unsere Faszien formen unseren Körper, geben uns Beweglichkeit, Stabilität und Flexibilität und spielen eine wichtige Rolle bei der Kraftübertragung der Muskulatur.

Die Faszienmassage löst muskuläre Verspannungen, fördert die Durchblutung und Nährstoffversorgung innerhalb der Strukturen, beugt Muskelkater vor, steigert die Vitalität, fördert die Regeneration nach Verletzungen und Belastungen und verbessert die Kraft und Leistungsfähigkeit bei Sportlern/innen.

Seminarinhalt:

- Anatomie und Physiologie des Muskel- und Faszien Gewebes
- Verschiedene Grifftechniken
- Kontraindikationen
- Praktisches Erlernen der Grifftechniken und intensives Üben (Untere Extremitäten, Becken/Hüfte, Wirbelsäule, obere Extremitäten, Schulter/Nacken)

Den Schwerpunkt stellt das praktische Üben dar.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein großes Handtuch und Schreibzeug mit.

Die Faszienmassage kann in verschiedenen Gesundheits- und Massagebereichen eingesetzt werden, vor allem im Sport-, Massage- und Wellnessbereich.

Dieses Seminar richtet sich an manuell arbeitende Personenkreise aus dem Gesundheits- und Massagebereich sowie an Therapeuten/innen aus dem Sport- und Wellnessbereich mit fundierten Massagekenntnissen.

Dozent/in Lolitta Nowack: Jg. 1960, arbeitet seit über 30 Jahren als Physiotherapeutin, Masseurin und Lebensberaterin. Nach einer Nahtoderfahrung entdeckte sie ihre Berufung zur Naturheilkunde. Es folgten Privatunterricht an verschiedenen Schulen, eine Universitätsausbildung (Diplom), Arbeit am wissenschaftlich-methodischen Zentrum nichttraditioneller Heilmethoden (Dschuna; Diplom) und am Zentrum 'Altermed' (Diplom) in Usbekistan. 2007 schloss sie die HP-Ausbildung bei Paracelsus ab, weiterhin besuchte sie weltweit Fortbildungen (Fußreflexzonenmassage, Ayurveda, Kalifornische Massage, Bioenergiemassage, Baby-Massage-Kursleiter). Neben ihrer ehrenamtl. Tätigkeit als Vorsitzende eines gemeinnützigen Vereins praktiziert sie seit 1997 in eigener Praxis in Apolda, seit 2005 ist sie Dozentin an den Paracelsus Schulen.

Termine:

Do. 29.01.2026

Fr. 30.01.2026

jew. 10:00-18:00 Uhr

Die Materialkosten sind bereits im Seminarpreis inbegriffen.

Preis:

310,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Rohrteichstr. 16-20
Forum am Mariannenpark
2.OG Mitte links
04347 Leipzig
Tel. 0341 - 911 12 16**

Seminarnummer:

SSH07290126

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

