

Fascia Treatment Concept (FTC)

IASTM-Tools – Schröpfen – Flossing – Faszienrollen – Faszientape

12.-13.03.2019 in Zürich

In den letzten Jahren ist das Verständnis und das Wissen um die faszialen Strukturen und deren Aufgaben stark gestiegen und dementsprechend auch die Behandlungsmethoden. Der **Fascia Treatment Concept-Kurs (FTC)** fasst das ganze theoretische und praktische Wissen der verschiedenen Behandlungsmethoden zusammen und kombiniert alle gängigen Techniken für eine effektive Faszienbehandlung. Dabei wird das Augenmerk vor allem auf den gezielten Einsatz von folgenden Hilfsmitteln gelegt:

- IASTM Tools bestehen aus qualitativ hochwertigem rostfreiem Stahl. Diese werden weltweit von Spezialisten für Weichteilbehandlungen und Triggerpunkttherapie benutzt.
- Faszienrollen und -bälle für die myofaszialen Entspannung und Erhaltung derer Flexibilität.
- Silikon Schröpfgläser für die Entspannung der Faszie, die Schmerzreduktion und für die Durchblutungsförderung. Schröpfen fördert ausserdem den Abtransport von Abfallstoffen im Gewebe.
- Floss Bands (Flossingbänder) werden von Experten für die Mobilisation der Faszie und der Gelenke (Erlangen des vollen ROMs) eingesetzt.
- Faszientapes werden so auf die Haut appliziert, dass diese einen positiven Effekt auf die superfiziellen Strukturen der Faszie haben kann.

Inhalte Tag 1:

- Die Welt der Faszien – **Update des aktuellen Wissens über die Faszien:** Was sind Faszien, die verschiedenen Arten und Funktionen von Faszien, Faszie als Sinnesorgan, das Tensegrity-Modell, die Faszienzüge des Körpers, Faszie als Energiespeicher ('Katapulteffekt').
- **Vertiefung der möglichen Behandlungsmethoden** der Faszie. Wie können wir die Faszie beeinflussen, welche Auswirkung hat die Faszie auf den Körper und die Organe. Videos über die Funktion und Einfluss der Faszie auf verschiedene Regionen des Körpers.
- **Theorie und Praxis über die Anwendung des Schröpfens und Wachs/Cremen** bei faszialen Verklebungen (praktische Anwendung LWS, BWS, HWS und Extremitäten). Im **Praxisteil** liegt der Schwerpunkt in der Entspannung und Heilung des Faziennetzwerks, dem Lösen von faszialen Blockaden im Körper, im schnelleren lymphatischen Abfluss, in der Stimulation der Kollagen- und Elastinproduktion und somit auch in der Verbesserung der Elastizität von Narben.
- **Theorie und Praxis über die Anwendung der verschiedenen IASTM Tools** für die Behandlung der Weichteile.
Im **Praxisteil** wird das Augenmerk auf die Verbesserung der Perfusion des Gewebes und des ROMs, auf die Mobilisation und das Lösen von Verklebungen im Bindegewebe und die Behandlung von Triggerpunkten gelegt.

Inhalte Tag 2:

- **Theorie und Praxis über die Anwendung von Faszienrollen, Massage- und Peanutball.** Was ist sinnvoll und wie werden die verschiedenen Arten von Rollen eingesetzt.
Im **Praxisteil** liegt der Schwerpunkt in der Verbesserung des ROMs und der Perfusion des Gewebes, in der Verminderung des Muskelschmerzes und den Triggerpunkten und in der Verbesserung der Muskelfunktion.
- **Theorie und Praxis über die Anwendung des Flossings.** Lösen von Verklebungen und pathologischen Cross-links und die Verbesserung der Elastizität in den tiefen Gewebsschichten, Tonussenkung der Faszie und des Muskelgewebes sowie die Stimulation der Mechanorezeptoren.
Während des **Praxisteils** liegt der Schwerpunkt im schnelleren Abfluss der Flüssigkeit nach Traumen und der besseren Heilung des verletzten Gewebes, in der Verbesserung des ROMs der Gelenke, in der Verminderung der Muskelspannung und der Schmerzreduktion.
- **Theorie und Praxis über die Anwendung des Faszientapes.** Dabei wird der Einfluss des Tapes auf die superfiziellen Strukturen der Faszie diskutiert und gezeigt.
- **Repetition aller gezeigten Techniken – mögliche Kombinationen der verschiedenen Tools und Techniken, Case studies.**