

## *Cranio-Sacrale Körperarbeit als Entspannungsmethode:*

Die Ausbildung Cranio- Sacrale Körperarbeit als Entspannungsmethode bietet durch ihre achttägige Struktur bereits die Möglichkeit intensiv in die Thematik einzusteigen. Erlern werden die Grundtechniken der Cranio-Sacralen Körperarbeit in Theorie und Praxis. Hierbei wird jede Technik gründlich geübt, sodass jeder Teilnehmer auch die Wirkungen der Technik selber spüren kann, wenn er sich zum Üben auf die Liege legt. Durch die intensive Struktur der Ausbildung wird über die acht Tage ein erster Eindruck vermittelt, wie sich die Körperwahrnehmung beeinflussen lässt.

Nach absolvierter Ausbildung erhält man das Zertifikat: „*Cranio-Sacrale Körperarbeit als Entspannungsmethode*“, und kann damit bereits praktizieren (als Praktizierender der Cranio-Sacralen Körperarbeit).

## *Curriculum*

- Das 10-Schritte-Protokoll als Hilfe zum systematischen Aufbau einer Sitzung
- Dosierung von mechanischem Druck
- Das Einleiten von Stillpunkten und Möglichkeiten zur Vertiefung
- Entspannungstechniken zum Lösen bindegewebiger Strukturen (Diaphragmatechniken)
- Entspannungstechniken zur Behandlung der Iliosacralgelenke und der Lendenwirbelsäule
- Evaluation des Duralschlauches
- Arbeit mit den Schädelknochen und dem intracranialen Membransystem
- Arbeit mit dem Kiefergelenk
- Triggerpunkte und Selbsthilfetechniken
- Funktionen der Hirnnerven
  - Anatomie und Physiologie: Knochen des Schädels, des Beckens und der Wirbelsäule, Gelenke und Bewegungsachsen. Liquor-Produktion und Grundlagen der Funktionsweise des Nervensystems