

Die CranioSacrale Therapie



Die Cranio-Sacrale Therapie

nach Dr. Upledger ist eine recht junge Methode aus der zweiten Hälfte dieses Jahrhunderts.

Die Erkenntnis, daß zwischen dem Kopf (Cranium) und dem Kreuzbein (Sacrum) ein rhythmisches An- und Abschwellen gefühlt werden kann, bildet die Basis dieser Therapie. Ähnlich der Atmung, nur etwa halb so oft, dehnt sich der Körper im Wechsel mal zu den Seiten und dann nach vorne und hinten aus, weshalb dieser Rhythmus auch der „Primäre Atemrhythmus“ genannt wird.

Das Zustandekommen dieser Bewegungen hat allerdings nichts mit der Atmung zu tun, sondern basiert auf dem ständigen Wechsel der Gehirnflüssigkeitsmenge. Diese Flüssigkeit umspült als Schutz und zur Ernährung das Gehirn und unser Rückenmark, also vom Kopf bis zum Sacrum. Die Bewegung kann im ganzen Körper getastet werden, wobei Bewegungs-Verluste zur Diagnose und Therapie herangezogen werden.

Besondere Bedeutung hat die Beweglichkeit der Schädelknochen untereinander sowie die der ganzen Wirbelsäule.

Therapiert werden Knochen, Gelenke, Körpergewebe (Fascien) und die Hirnhäute, wobei Bewegungsverluste aus aktuellen oder weit zurückliegenden körperlichen oder emotionalen Verletzungen herrühren können.

Anmeldung:

Physioteam
Hannes Hübbe
Heckmannufer 4
10997 Berlin

fon: 030/ 611 21 08
fax: 030/ 612 80 52 8
info@physioteam-berlin.de
www.physioteam-berlin.de



*physio*team