

## Triggerpunktbehandlung/Myofasciale Techniken/Flossing | 20 FP

Schmerz kann eine Folge muskulärer Patholgiemuster sein. Überlastung oder Traumata führen zu einer Sauerstoffunterversorgung des Muskels und in deren Folge zu so genannten Triggerpunkten – **tastbare** Veränderungen im Muskel.

In der Untersuchung wird durch Druck auf den Triggerpunkt ein Schmerz ausgelöst, der oft in andere Körperregionen übertragen wird (referred pain).

Durch gezielte Behandlung der Triggerpunkte kombiniert mit myofascialen Techniken können akute wie auch chronische Störungen des Bewegungsapparates erfolgreich beseitigt werden.

### Flossing

Als Flossing bezeichnet man die Anwendung von elastischen Bändern, die zirkulär um Gelenke und Gewebe gewickelt werden. Der zu behandelnde Gewebsbereich wird mit dem Flossingband komprimiert und gezielt passiv als auch aktiv mobilisiert. Durch die starke Kompression in Kombination mit Bewegung werden verschiedene Effekte im Gewebe ausgelöst, welche zu einer Lösung des Gewebes und der Beschwerden führen.

Ziele des Flossings sind: Schmerzen zu lindern, Schwellungen zu reduzieren und die Beweglichkeit sowie die Leistung zu verbessern.

Flossing findet Einsatz im Bereich Sportphysiotherapie, Kraft- und Fitnesstraining, Breiten- und Leistungssport, Traumatologie, Orthopädie und Neurologie.

Die Technik des Anlegens des Flossingbandes und viele Praxistipps werden in diesem Seminar ausführlich dargestellt und erläutert.

<b>Leitung</b>	Team der FA Plesch
<b>Kursgebühr</b>	0,00 €
<b>Beginn</b>	03.12.2021
<b>Ende</b>	05.12.2021
<b>Kurszeiten</b>	Fr. 03.12., 15:00 - 17:30 Uhr Sa. 04.12., 09:00 - 17:30 Uhr So. 05.12., 09:00 - 14:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Schönhauserstraße 64, 50968 Köln
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Masseure
<b>Fortbildungspunkte</b>	20