

Rolfing® – Berührung mit Folgen

Erste Praxis im Kreisgebiet eröffnet – Manuelle Behandlungsmethode für Idealform des Körpers

Sie leiden an Verspannungen oder Kopfschmerzen, fühlen sich kraftlos und unbeweglich, lassen Diagnosen und Therapien über sich ergehen, doch besser geht es Ihnen kaum? Eine noch relativ unbekannt Methode, die in Deutschland immer mehr Zulauf findet ist die Rolfing®-Methode. Sie forscht nach den Ursachen der Leiden und berücksichtigt dabei die Haltung und Struktur des gesamten Körpers.

Rolfing ist nach seiner amerikanischen Begründerin Dr. Ida Rolf benannt. In der praktischen Arbeit mit Menschen, die wegen Schmerzen oder Fehlfunktionen zu ihr kamen, entwickelte sie ein Verfahren - eine tiefgehende Behandlung des Bindegewebes. So wird die Körperstruktur mit den Erfordernissen der Schwerkraft in Einklang gebracht. Darin ließ sie Elemente von Osteopathie und Yoga



einfließen. Als Folge von Bewegungsarmut, Dauerstress und Fehlhaltung verklebt das Bindegewebe und verliert seine Flexibilität. Der Körper gerät aus dem Lot.

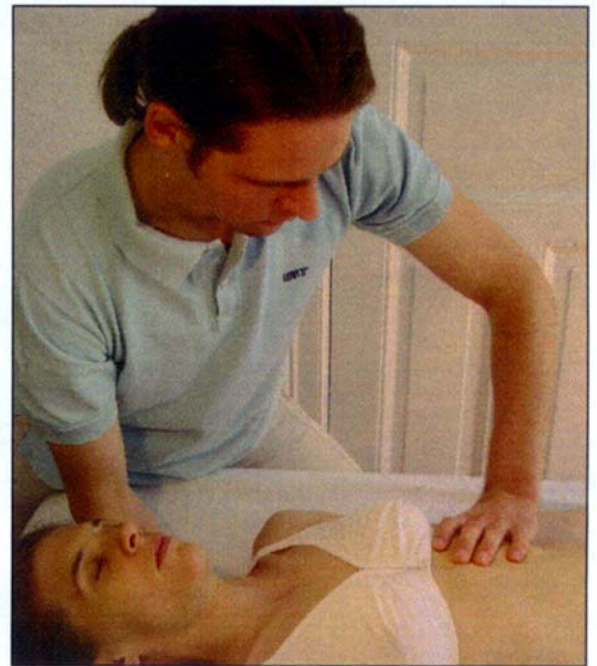
Der Rolfing® analysiert zu Beginn jeder Behandlung mit seinem geschulten Auge die Körperstruktur (Gang und Haltung) und behandelt das betroffene Gewebe durch gezielten Fingerdruck. Im Grunde sind Rolfing Architekten, die nachschauen, ob die Statik des Körpers stimmt. Die meist durch einseitige Belastung verzogenen Körper der Patienten werden in zehn Sitzungen abschnittsweise von Kopf bis Fuß gelockert.

Das Ziel der Sitzungen ist eine aufrechte Haltung, bewegliche Gelenke, fließende Bewegungen und eine höhere Atemkapazität.

Um wie ein „Bildhauer am Körper“, arbeiten zu können, benötigt ein Rolfing eine Ausbildung von drei Jahren. Der Hersfelder Marc Kirschstein hat sie am Europäischen Rolfing-Institut in München (eines von nur vier in der ganzen Welt) absolviert und eine eigene Praxis in Wippershain, in der 102. Straße

1b, eröffnet. Kirschstein, der eine weitere Praxis in Hamburg betreibt, ist der einzige Rolfing im Umkreis von 100 Kilometern.

Rolfing eignet sich für Menschen jeden Alters. Beeindruckende Veränderungen der



Der Körper im Lot: Der Rolfing Marc Kirschstein formt mit gezieltem manuellen Druck das Bindegewebe um.

Lebensqualität werden insbesondere bei Haltungsschäden, Bandscheibenproblemen, sowie Stress, Schleudertrauma und Spannungskopfschmerzen erzielt. Die Körperwahrnehmung wird gefördert, was der Psyche ebenfalls zugute kommt.

Marc Kirschstein, Certified Rolfing, 102. Straße 1 b, Schenklengsfeld, Tel. 0 66 21/16 98 12, Mobil: 01 79/2 38 60 07