



rvs-rebalancing.ch

Rebalancing ist angesagt bei:

- muskulären Verspannungen
- Rückenschmerzen
- Wirbelsäulenproblemen
- Gelenkproblemen (zB Hüfte, Schulter, Knie)
- Bewegungseinschränkungen
- Stress und psychischen Belastungen

und

- zur Verbesserung der Beweglichkeit und des Körperausdrucks
- zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte zB nach Operationen und Verletzungen
- zum Wohlbefinden

Viele Krankenkassen leisten einen Beitrag an die Behandlungskosten im Rahmen ihrer Zusatzversicherungen. Erkundigen Sie sich direkt bei Ihrer Krankenkasse.

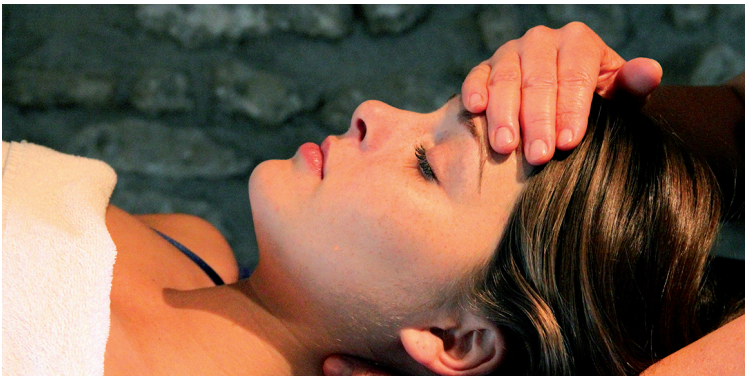
Für weitere Informationen zu Rebalancing, zur Ausbildung und zu Therapeuten besuchen Sie unsere Webseite www.rvs-rebalancing.ch

RVS  **Rebalancer Verband Schweiz**
Postfach 3000 Bern • Telefon +41 76 500 57 36
www.rvs-rebalancing.ch • info@rebalancing.ch

ybms.ch Bern/Murten

Rebalancing

RVS  **Rebalancer Verband Schweiz**



Mit Rebalancing wieder ins Gleichgewicht gelangen.

Rebalancing ist eine ganzheitliche körpertherapeutische Behandlungsmethode.

Mit achtsamen Berührungen und langsamen Strichen werden oberflächliche und tiefe Bindegewebsstrukturen, die Faszien, gedehnt, gelockert und gelöst.

Halt und Beweglichkeit

Die Faszien durchziehen als dreidimensionales Netz den ganzen Körper. Sie verbinden alle Teile des Organismus miteinander: Knochen, Muskeln, Gelenke, Organe und Gefässe. Sie geben Halt und Beweglichkeit. Die Faszien enthalten viele Nervenverbindungen, und können so den Zustand des Körpers wahrnehmen und darauf reagieren.

Lösen von Stress und Schmerz

Durch das Lösen der Faszien wird die Sauerstoffaufnahme und die Durchblutung der Gewebe verbessert, Schlacken- und/oder Abfallstoffen werden besser abtransportiert. Stress- und belastungsbedingte Reizungen des Bindegewebes, der Muskeln und Gelenke, und dadurch verursachte Schmerzen, klingen ab. Das Bindegewebe gewinnt seine Elastizität wieder, eingeengte Gelenke erhalten ihre Bewegungsfreiheit zurück, Spannungen und Steifheit weichen geschmeidiger Beweglichkeit.

Entspannung und Ausgeglichenheit

Durch die Behandlung breiten sich Ruhe und Entspannung aus, und ein Gefühl von Weite und Ausgeglichenheit erfüllt Körper und Geist.

Das Besondere

Rebalancing ist getragen von Akzeptanz, Präsenz, und dem Wissen, dass jeder Mensch alles besitzt, was er für seine Heilung benötigt. Die Behandlung zeichnet sich durch Intensität, Langsamkeit und Tiefe aus. Der Unterschied ist spürbar.

Zeit haben

Zeit haben ist ein wichtiger Faktor, der Loslassen und Bewusstheit fördert. Durch das bewusste Erleben des eigenen Körpers können Zusammenhänge zwischen Körperhaltung, inneren Einstellungen und körperlichen Beschwerden erkannt und verändert werden. Das Ergebnis ist einzigartig! Zeit haben, sich gut aufgehoben fühlen, mit Herz berührt werden – das ist das Besondere an Rebalancing

Wissen und Bewusstsein

Neueste Erkenntnisse aus der Osteopathie und der Faszienforschung vertiefen das Verstehen von Zusammenhängen, und erklären den therapeutischen Ansatz der manuellen Faszienbehandlung.

10 Sitzungs-System

Rebalancing ist in zehn aufeinander aufbauende Sitzungen und Themen gegliedert. Einzelbehandlungen können bei akuten körperlichen Beschwerden oder zu einem bestimmten Thema genommen werden. Bei chronischen Beschwerden und dem Wunsch nach tiefgehender Veränderung empfehlen sich die zehn Behandlungen.

Erste Sitzung: Brustkorb, Zwerchfell - Inspiration, Aufrichtung, Atmen.

Zweite Sitzung: Beine - Meinen Standpunkt finden, zu mir stehen.

Dritte Sitzung: Schultern - Geben und Nehmen. Grenzen wahrnehmen. In Beziehung treten.

Vierte Sitzung: Becken - Kontrolle und Hingabe. Tragen und Getragen werden.

Fünfte Sitzung: Bauch - Ins Zentrum kommen. Vertrauen. Verdauen. Selbstannahme.

Sechste Sitzung: Rücken - Aufrichtigkeit und Zurückhaltung.

Siebte Sitzung: Kopf - Wahrnehmung und Veränderung.

Achte bis zehnte Sitzung: Integration - die Teile zusammenbringen, Ganz werden. Frei sein in Verbundenheit.