

# Concept-Rossmann: Faszien-Training - Aufbaukurs



Bildungszentrum Reastudy  
Bad Zurzach, Winterthur  
Quellenstrasse 34  
CH-5330 Bad Zurzach  
Tel. +41 (0)56 265 10 20  
Fax +41 (0)56 265 10 29  
E-Mail [info@reastudy.ch](mailto:info@reastudy.ch)  
[www.reastudy.ch](http://www.reastudy.ch)

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato nazionale di qualità per istituzioni di formazione continua

# Kursausschreibung

## Concept-Rossmann: Faszien-Training - Aufbaukurs

### EINLEITUNG

Im Grundkurs wurden die wichtigsten theoretischen Kenntnisse über die Faszien vermittelt und die optimalen Bewegungsreize für Faszien vorgestellt.

Im Aufbaukurs wird das Wissen vertieft und in konkrete Bewegungsprogramme (Rücken – Hüfte – Knie) umgesetzt. Dabei geht es nicht darum ein isoliertes Faszientraining durchzuführen, sondern fasziale Bewegungssequenzen in Trainingsprogramme zu integrieren, um maximale positive Wirkung auf alle körperlichen Strukturen zu generieren. Im Mittelpunkt steht die Vorstellung des „Gesundheits-Minimal-Programmes“. Es beinhaltet die Grundversorgung aller wichtigen körperlichen Strukturen und ist Grundlage für Übungsprogramme bei körperlichen Problemen aller Art (auch nach OP's).

### ZIELE

Nach diesem Kurs

- Kennst Du den Unterschied zwischen Faszien Training für Männer und Frauen
- Kannst Du optimale Trainingsreize für die verschiedenen Strukturen umsetzen
- Verfügst Du über konkrete Programme für Rücken-, Hüft- und Kniebeschwerden

### INHALTE

Wiederholung und Ergänzung der wichtigsten wissenschaftlichen Erkenntnisse für die Praxis

Fazien Training: Unterschied Mann-Frau

Bekannter Reiz – Neues Wissen: Aktivieren der Muskulatur in der Länge

Optimales Trainingsreize für Bänder/Sehnen/Gelenkkapseln

Das Gesundheits-Minimal-Programm – Grundversorgung an Bewegung für einen gesunden Körper

Konkrete Programme für Rücken-, Hüft- und Kniebeschwerden (auch nach Operationen)

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Repetition Theorie
- Praxisarbeit

**Maximale Gruppengröße:** 24 Teilnehmer mit einer Lehrperson

# ANGABEN ZUR LEHRPERSON

## Markus Rossmann

### **Dipl.-Sportlehrer Univ./Certified Rolfer™**

Dipl.Sportl.-Univ./Certified Rolfer™ Markus Roßmann ist Buchautor und international gefragter „Faszienpionier“! Er setzt die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse über Faszien und Muskeln in Bewegung und Hands On Techniken um. Seit mehr als 12 Jahren sind seine Workshops und Vorträge auf der ganzen Welt gefragt. Die Inhalte sind praxisorientiert, die Theorie einfach erklärt, immer aktuell und auf den Punkt gebracht!



## KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie, Sportwissenschaften, Osteopathie und Körpertherapie mit bewegungstherapeutischer Ausbildung

### **Teilnahmevoraussetzungen**

Berufsdiplom

Das Absolvieren des Grundkurses ist Voraussetzung für diesen Aufbaukurs.

## VORBEREITUNGSAUFRAG

Bitte bring Sportbekleidung mit

## LEITUNG

Markus Rossmann

## BEMERKUNGEN

### **Zertifikat**

Am Ende des Aufbaukurses kannst Du mit einem kurzen Test das Zertifikat:

**„Zertifizierter Faszien Trainer - Concept-Rossmann“** erwerben

**Anerkannter Kurs zur Verlängerung der Rückenschullizenz**



Di

eser Kurs ist eine anerkannte Maßnahme des BVMBZ e.V. (Bundesverband Medizinischer

Bildungszentren e.V.) zur Lizenzverlängerung der Rückenschullizenz des BVMBZ!

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
2 Tage	Bad Zurzach	29.11.2025 30.11.2025	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	25395	deutsch	CHF 500.-