

# Webinar: Konzepte gegen Bewegungsschmerz



Bildungszentrum Rehastudy  
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@rehastudy.ch](mailto:info@rehastudy.ch)  
[www.rehastudy.ch](http://www.rehastudy.ch)

EDUQUA

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

# Kursausschreibung

## Webinar: Konzepte gegen Bewegungsschmerz

### EINLEITUNG

Nici Mende arbeitet seit vielen Jahren erfolgreich mit Bewegungskonzepten zur Prävention und Rehabilitation von Bewegungsschmerzen. In diesem Webinar gibt sie einen Einblick in ihre Methodik von lösungsorientiertem Faszien- und Zellstoffwechseltraining gepaart mit sensomotorischen Lösungsansätzen. Am Beispiel der thoracolumbalen Faszie wird der enge Zusammenhang der verschiedenen Systeme verdeutlicht, und die Nützlichkeit vereinfachter Schulungsmethoden für Patientinnen und Patienten aufgezeigt.

### INHALTE

[https://booking.rehastudy.ch/pdf/Gesunde\\_Ausrichtung.docx](https://booking.rehastudy.ch/pdf/Gesunde_Ausrichtung.docx)

### ANGABEN ZUR LEHRPERSON

#### Nici Mende

##### **Dipl. Trainerin med. Fitness**

- Faszien
- Funktionelle Trainingstherapie
- Schmerzreduzierendes Training bei orthopädischen Krankheitsbildern
- Arbeit mit degenerativen Problematiken; präventiv und rehabilitativ

##### Autorin

"SCHMERZFREI bewegen - die funktionelle Selbsttherapie für mehr Mobilität im Alltag"  
"Praktische Funktionelle Anatomie - Kompetenz im Gesundheitssport"  
"Gestatten" fortlaufende Artikelreihe der funktionellen Anatomie u.m.

##### Konzeptentwicklerin

"deepRING"  
"RÜCKENFREI"  
"Fascial Coach"



### KURSVORAUSSETZUNGEN

Für alle Interessierten

### LEITUNG

Nici Mende

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
1 Stunde	Online	20.03.2025	19.00 - 20.15 Uhr	25111	Deutsch	CHF 0.-