

Faszien neu gedacht - Impulse für Prävention, Therapie und Training



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
www.reastudy.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

Faszien neu gedacht - Impulse für Prävention, Therapie und Training

EINLEITUNG

Wie Faszienwissen Rehabilitation, Prävention und Bewegungstherapie verändert
Ein Workshop mit Markus Roßmann – internationaler Faszienexperte, Diplomsporthehrer, Certified Rolfer® & Pionier moderner Faszienarbeit

Faszien – das Netzwerk aus Bindegewebe, das unseren Körper verbindet, stabilisiert und in Bewegung hält – spielen eine zentrale Rolle in der modernen Rehabilitation. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen: Sie sind weit mehr als Struktur. Sie beeinflussen Schmerz, Wahrnehmung, Regeneration und Bewegungsqualität. Rückenprobleme, Gelenkbeschwerden oder der Einsatz von Prothesen betreffen daher nicht nur Muskeln oder Knochen – sie fordern das gesamte myofasziale System heraus. Für eine nachhaltige Rehabilitation braucht es mehr als Behandlung einzelner Strukturen: Es braucht ein Zusammenspiel zentraler Körpersysteme – und gezielte, alltagsnahe Bewegungsreize, Tag für Tag.

So wie der Körper täglich Nährstoffe braucht, benötigt er auch täglich vielfältige Bewegungsimpulse, um nachhaltig zu heilen und gesund zu bleiben. Nur durch wiederholte, alltagsnahe Bewegung entsteht langfristige Balance zwischen Flexibilität und Stabilität – für Patient:innen und Therapeut:innen.

Markus Rossmann, Diplomsporthehrer, zertifizierter Rolfer® und international tätiger Faszienexperte, gehört zu den prägenden Stimmen der modernen Faszienarbeit. In diesem Kurs teilt er das Wissen, das er in über zwei Jahrzehnten interdisziplinärer Praxis, Lehre und internationaler Forschungsarbeit aufgebaut hat. Mit klarem Blick für das Wesentliche und einem hohen Praxisfokus zeigt er, wie sich aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse konkret auf Rehabilitation, Prävention und Bewegungstherapie übertragen lassen – und warum Faszienarbeit heute ein Muss in jeder fundierten Bewegungspraxis ist.

„Faszienarbeit ist kein Trend. Sie ist die Konsequenz aus dem, was wir heute über den Körper wissen.“

ZIELE

Was macht diesen Kurs besonders?

- Fundiertes, aktuelles Wissen – klar und verständlich vermittelt
- Hoher Praxisanteil mit direkt umsetzbaren Übungen
- Alltagsorientiertes Konzept – ideal für Patient:innen und Therapeut:innen
- Inspirierender und erfahrener Referent mit internationaler Anerkennung

INHALTE

Das erwartet dich in den Kursen:

- Evolution Basic: Vom Jäger und Sammler zum Vielsitzer – warum alte Ansätze nicht mehr funktionieren
- Faszien & funktionelle Anatomie: Wie neues Wissen unser Verständnis von Bewegung verändert
- Faszien als biomechanische Kraftbrücken: Wie sie bis zu 30% der kinetischen Energie zwischen Körperstrukturen übertragen – essentiell für Performance, Bewegungsökonomie und Verletzungsprophylaxe
- Das Faszien-system verstehen und nutzen: Unser größtes Sinnesorgan gezielt aktivieren
- Vier Strukturen – vier Reize: Der Schlüssel zur erfolgreichen Rehabilitation
- All-in-One-Übungen: Eine Bewegung – vier Reize – maximale Wirkung
- Alltag wird Therapie: Praktische Tools für eine gesunde Lebensgestaltung
- Das 10-Minuten-Gesundheitsprogramm: Kleiner Aufwand, große Wirkung
- Das beste Ganzkörpertraining: „Richtig Gehen“ – überall durchführbar, jederzeit, gesund
- Der Rumpf als Basis: Warum ohne ihn nichts richtig funktioniert
- „Form follows Function“ - Neue Strategie bei Hüft-, Knie-, Schulter- und Rückenproblemen
- Trainingsprogramme erstellen – einfach, effektiv, nachhaltig
- Behandeln ist gut. Bewegen ist gut. Behandeln in Bewegung ist besser: Einführung in effektive Techniken zur Integration von Hands-on-Methoden in funktionelle Bewegungen – für eine noch gezieltere und nachhaltigere Therapie

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

Therapeut:innen, Trainer:innen, Reha-Fachkräfte und alle, die mit Bewegung Gesundheit fördern wollen – bei anderen und bei sich selbst.

VORBEREITUNGSAUFTAG

Bitte bring Sportbekleidung mit.

LEITUNG

Markus Rossmann

BEMERKUNGEN

Zweiteilige Kursreihe – kompakt & tiefgehend

Diese Fortbildung besteht aus zwei Modulen:

Modul 1: 2-tägiger Grundkurs

Modul 2: 3-tägiger Aufbaukurs Beide Module sind nur zusammen buchbar.

Die Inhalte bauen aufeinander auf und ermöglichen so einen nachhaltigen Lernerfolg.

Du bist noch unsicher?

Dann besuche den **kostenlosen 60-minütigen Info Webinar** am 12.11.2025 von 19.00- 20.00 Uhr

zur Einführung – und finde heraus, ob dieser Kurs dein nächster Schritt ist.

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
5 Tage	Bad Zurzach	14.02.2026	09.00 - 17.00 Uhr	26392	CHF 1250.-
		15.02.2026	09.00 - 17.00 Uhr		
		26.06.2026	09.00 - 17.00 Uhr		
		27.06.2026	09.00 - 17.00 Uhr		
		28.06.2026	09.00 - 17.00 Uhr		