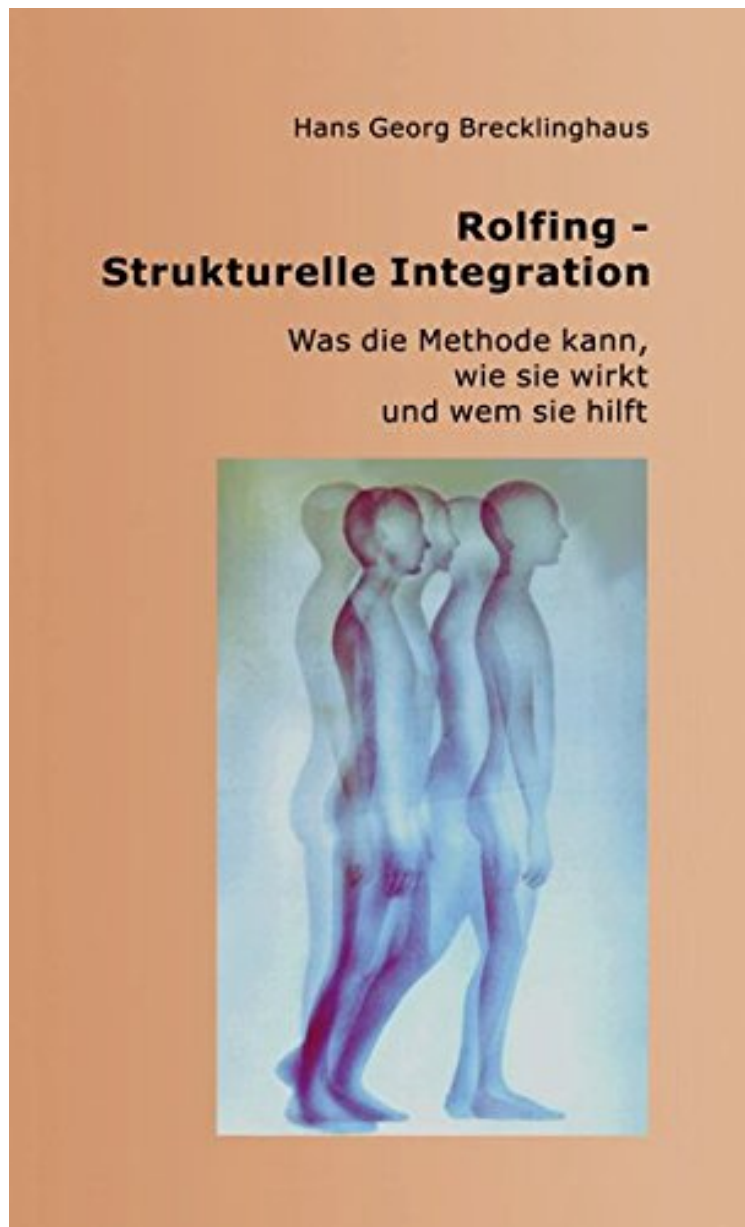


(Download pdf ebook) Rolfining - Strukturelle Integration: Was die Methode kann, wie sie wirkt und wem sie hilft

Rolfining - Strukturelle Integration: Was die Methode kann, wie sie wirkt und wem sie hilft

Von Hans Georg Brecklinghaus
*ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook*



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #112678 in BcherVerffentlicht am: 2015-04-03Erscheinungsdatum: 2015-04-03Einband: Taschenbuch156 Seiten | File size: 53.Mb

Von Hans Georg Brecklinghaus : Rolfining - Strukturelle Integration: Was die Methode kann, wie sie wirkt und wem sie hilft before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Rolfining -

Strukturelle Integration: Was die Methode kann, wie sie wirkt und wem sie hilft:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Faktenreiches Buch über diese Faszien-bezogene Körpertherapie
Von Falvi
Sehr vielschichtige, auf den Punkt bringende Information über diese Körpertherapie/Körperpädagogik, die m.E. als eine der ersten mit den für Haltung und Beweglichkeit so wichtigen Faszien gearbeitet hat.
Der Untertitel dieses Buches gibt den Inhalt präzise wieder. Es werden die Anwendungsmöglichkeiten der Rolfing-Methode (Strukturelle Integration) geschildert und ihre Grenzen offengelegt.
Die Vorgehensweise ist anschaulich erklärt, ohne allzu sehr zu vereinfachen. Der Leser erfährt, ob Rolfing für ihn/sie eine Möglichkeit ist, sich im Alltag bewusster und leichter zu bewegen und/oder Gelenk- und Bewegungsprobleme "in den Griff zu bekommen".
Der Rolfing-Prozess besteht aus zehn Sitzungen, die schrittweise mit der gesamten Körperstruktur und entsprechenden Bewegungsmustern arbeiten. Für die einzelnen Sitzungen kann man das Buch als Begleitmaterial nutzen, denn es enthält eine Fülle von Übungen für den bewegten Alltag und Anregungen, sich körperlich-seelische Zusammenhänge bei einem selbst Gedanken zu machen.
4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Erweiterte Neuauflage in ansprechenderer Aufmachung
Von Schwarz
Die Grundlagen von Rolfing - Strukturelle Integration sind gut lesbar formuliert und werden mit nachvollziehbaren Beispielen veranschaulicht. Die begleitenden Erläuterungen zu den einzelnen Sitzungen der Grundserie sind sehr nützlich, wenn man sich mit Rolfing behandeln lassen möchte.
Das Buch habe ich in einer früheren Auflage schon einmal gelesen. Ich habe es mir trotzdem noch einmal gekauft, weil es in dieser aktuellen Ausgabe neben zusätzlichen Ausführungen zur Methode mehr Abbildungen, sowie mehr praktische Übungen und Hinweise für den Alltag enthält. Außerdem wurde die Gestaltung im Buch aufgefrischt, es ist dadurch angenehmer zu lesen.

Kurzbeschreibung
Ein müheloses Gleichgewicht des Körperbaus im Schwerfeld der Erde verbessert die Haltung eines Menschen und lässt seine Bewegungen leichter und anmutiger werden. Darüber hinaus wirkt es positiv auf das seelische Wohlbefinden und verstärkt die Selbstheilungskräfte.
Die Methode der Strukturellen Integration (meistens bekannt als Rolfing) nutzt die Formbarkeit des Binde- und Muskelgewebes, um eine ausgewogene Neuordnung der Körperstruktur zu ermöglichen. Diese körperliche Veränderung kann einen Prozess menschlicher Reifung und Entwicklung fördern.
Inhaltsverzeichnis:
1. Das Konzept (Grundlagen, Ziele, Vorgehensweise der Behandlung)
2. Anwendungsgebiete
a. Bewegungseinschränkungen und Haltungsprobleme
b. Ausdrucks- und Bewegungsmöglichkeiten
c. Seelisches Gleichgewicht und Persönlichkeitsentwicklung
3. Die zehn Grundsitzungen (Hinweise, Beschreibung)
4. Anregungen für den Alltag
5. Weiterführende Hinweise (Adressen, Buchempfehlungen)
Der Autor und weitere Mitwirkende
Hans Georg Brecklinghaus (Dipl.Pd.), geboren 1951, ist Certified Advanced Rolfer und Rolf Movement Lehrer. Er praktiziert seit 1983 in Freiburg und Karlsruhe. Er schrieb mehrere Bücher sowie Aufsätze in verschiedenen Fachzeitschriften und lehrt seit 1993 Strukturelle Integration bei der Deutschen Gesellschaft für Strukturelle Integration (e.V.)