



# Bader Rückenmassage

## ***Wirbelsäulentherapie nach Dorn***

### ***Basisinformation***

Die Dornmethode dient der Selbstheilung und Selbsthilfe bei sehr vielen Problemen und Erkrankungen des Rückens, der Wirbelsäule, der Gelenke und aller Bereiche des ganzen Körpers, die direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule, dem Becken und den Gelenken verbunden sind. Die ganzheitliche Wirbelsäulentherapie nach Dorn ist durch das Praxisorientierte Konzept und den einfachen Hausaufgaben für jeden schnell zu erlernen, kann selbst angewandt werden.

### **Die Dornmethode nach Dieter Dorn (1938 -† 2011)**

Die Dornmethode ist eine Form der manuellen Therapie und wurde als solche im Jahr 1975 vom Allgäuer Volksheiler Dieter Dorn entwickelte. Sie versteht sich komplementärmedizinische Methode die u.a. auch Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) miteinbezieht. Das Ziel dieser einzigartigen und qualifizierten Methode nach Dorn ist es, Ihnen eine effektive Arbeitsmöglichkeit mit hervorragenden Ergebnissen an die Hand zu geben. Die Dorn Therapie ist eine manuelle Arbeitsweise, bei der mit einfachen Griffen und einer sanften Drucktechnik zahlreiche Gelenk- und Rückenbeschwerden, wie beispielsweise Rückenschmerzen oder auch chronische Beschwerden am Rücken korrigiert werden könne.

### **Die Bader Rückenmassage**

Einer Behandlung nach Dorn geht fast immer eine tiefgreifende sanfte Massage der Wirbelsäule entlang der Dornfortsätze voraus. Sie wird angewandt, um das Gewebe und die Muskeln zu lockern, und um kleinere Blockaden zu lösen. Die Wirbelsäulenmassage besteht aus einer beruhigenden Abfolge von Griffen, die streckenden und richtenden Charakter haben. Außerdem wird gleichzeitig die Rückenmuskulatur entspannt.

## Ziele

- Selbstständige und eigenverantwortliche Ausübung der Dornmethode (Übungen zu Hause)
- Beinlängenkorrektur bzw.
- Beckenschiefstandkorrektur
- Wirbelfehlstellungen / Korrektur der gesamten Wirbelsäule
- Dornmethode / Grifftechniken
- Wirbelsäulenbehandlung nach Dorn
- Anwendungsgebiete und Begrenzung der Methoden
- Ablauf / Anwendung der Wirbelsäulenmassage
- Wirkung und Anwendung von verschiedenen Ölen
- Techniken zur Selbstübung für den Patienten
- Wirbelsäulenmassage bzw. Bandscheibenregenerationsmassage



## Bitte mitbringen:

- 1 großes Handtuch, 1 kleines Handtuch