



## Faszien-Selbsttherapie und Resilienztraining Basisseminar für Schmerz Betroffene

Zur Vorbereitung auf das Seminar erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung das Buch „Leben ohne Stress und Schmerzen durch die neue Faszien-Selbsttherapie“ von Christopher-Marc Gordon.

Anmeldung und weitere Informationen unter  
[www.gordon-health.com/de/seminare](http://www.gordon-health.com/de/seminare)

GordonHealth Academy  
Ahornstraße 31  
70597 Stuttgart  
Telefon +49 (0)711 23 66 321  
Fax +49 (0)711 23 66 772  
info@gordon-health.com  
www.gordon-health.com  
www.fascia-releazer.com



## Das Seminar

Sie wünschen sich ein Leben frei von Stress und Schmerzen? In unserem Seminar vermitteln wir Ihnen das Know-how dafür: Sie erfahren wichtige Hintergründe zu Faszien, Schmerz und Stress. Sie erkennen, wie Schmerzen entstehen und wie unser Stresslevel damit in Verbindung steht. Und Sie erlernen, wie Sie mit wissenschaftlich geprüften Methoden in der Selbsttherapie Schmerzen und Stress reduzieren.

Mit Hilfe der Livescience-Methode werden die Veränderungen im Gewebe und im Vegetativen Nervensystem während des Seminars gemessen, sichtbar und nachvollziehbar gemacht – ein echtes „Aha“-Erlebnis für jeden Teilnehmer!

### Die wichtigsten Seminar-Inhalte

- **Wahrnehmungsorgan Faszien**
- **Wie man sich den Stress zum Freund macht**
- **Volkskrankheit Schmerz – Lösungsansätze**
- **Faszien-Selbsttherapie mit Fascia-ReleaZer und Deep-ReleaZer**
- **Herzratenvariabilitäts-Training zur Stressreduktion durch Atmung**
- **Resilienztraining für mehr Stressresilienz im Alltag**

### Der Fascia-Releazer: Faszinierend wirkungsvoll

Der von Christopher-Marc Gordon entwickelte Fascia-ReleaZer ist ein Therapiestab mit integrierter Vibration, der bei akuten und chronischen Schmerzen sowie bei Stress angewendet wird. Die Besonderheit des Fascia-ReleaZer ist eine Kombination aus myofaszialer Körpertherapie und einem einzigartigen vibratorischen Atemtrainer, der einen Nerv des parasympathischen Nervensystems (Vagusnerv) zur Regeneration stimuliert. Ein regelmäßiges Training reduziert nachweislich Schmerzen und verbessert die Stressresilienz im Alltag.



### Christopher-Marc Gordon: Einer der führenden Faszientherapeuten Deutschlands

Physiotherapeut, Heilpraktiker, Wissenschaftler und Fachbuchautor Christopher-Marc Gordon gilt als einer der führenden Faszientherapeuten Deutschlands. Er ist Gründer des Centers für Integrative Therapie in Stuttgart, in dem bereits mehr als 100.000 Patienten behandelt wurden, sowie des CIT Research Institutes, das gemeinsam mit sechs internationalen Universitäten in den Bereichen Faszien, Selbsttherapie, chronische Schmerzen und Stress forscht.



*„Christopher-Marc Gordon hat seit 2003 etliche wertvolle Studienergebnisse im Bereich Faszientherapie, chronische Schmerzen und Stress auf dem Gebiet der internationalen Faszienforschung beigetragen und publiziert. Besonders schätze ich, dass er das Autonome Nervensystem gezielt in die myofasziale therapeutische Behandlung und in die Selbsttherapie des Patienten mit einbezieht. Diese Verbindung ist in der Forschung leider noch recht selten; in der therapeutischen Praxis jedoch nach meiner persönlichen Erfahrung besonders relevant.“*

Dr. Robert Schleip, Faszienforscher

