

Pilates
Geräte
Training
Yoga
Workout
Aqua
Rücken

Massage
Therapie
Taping
Cupping
Flossing
Detox
Beckenboden
Ausbildung
Kids
Seniors
Dance
Move

Rollst Du noch oder bewegst Du Dich schon?

Die drei FASZIO® Säulen

Das Konzept „FASZIO® – Ganzheitliches Faszientraining“ bezieht neben Faszien orientierten Bewegungen auch den Einfluss der Ernährung, emotionale Zusammenhänge und therapeutische Behandlungsmöglichkeiten mit ein. Daraus ist ein Ausbildungsmodell mit drei Säulen entwickelt worden, die jeweils aus ihrer Perspektive die 7 Strategien anwenden. Lass Dich durch unsere Themenvielfalt inspirieren, Dein eigenes Bewegungsverständnis zu erweitern und neu zu erleben!

Trainer-Ausbildung



Ausbildung zum Faszientrainer und faszinierende Zusatzfortbildungen

Faszienyoga-Ausbildung



Faszienwissen in die Yogapraxis integrieren und neue Wege entdecken

Therapeuten-Ausbildung



Faszientherapie: Cupping, Flossing, Massage, Mobility Therapeut, Taping

7 Strategien zur Gesunderhaltung der Faszien

FASZIO® trainiert und berücksichtigt alle Aspekte eines gesunden und effektiven Faszientrainings. Vielfältige und ungewohnte Anforderungen schulen die **Wahrnehmung** und schaffen Kraft, Kondition und Bewegungskompetenz. Bänder und Sehnen bekommen durch **Elastizität** und **Dehnfähigkeit** mehr Schnelkraft und **Stabilität**. Bindegewebe lässt sich durch hohe **Geschmeidigkeit** und impulsive Bewegungen straffen. Kombiniert wird dies mit dem **Lösen** von Blockaden und Zeiten für **Regeneration**.



Produkte

FASZIO® ist ein effektives Konzept für ganzheitliches Faszientraining. Mit unseren Kooperationspartnern haben wir hochwertige Produkte zur Unterstützung von Training und Therapie entwickelt!

- FASZIO® Ball allround by TOGU®
- FASZIO® Cupping-Set by BellaBambi®
- FASZIO® Ball local by TOGU®
- FASZIO® Kollektion by Nipala



Das Referenten-Team

Für unsere Ausbildungen steht ein breit aufgestelltes Expertenteam aus Bewegung und Therapie mit unterschiedlichen Kompetenz-Schwerpunkten zur Verfügung.

Wir freuen uns, Dich bei einer unserer nächsten Aus-/Fortbildungen für Bewegung und Therapeuten kennenzulernen!

