



Myofaszielles Taping

Beschreibung	Taping ist in Japan bereits seit den 70er Jahren bekannt. Die elastischen, selbstklebenden Tapes aus textilem Material werden in den Bereichen Prävention, Therapie und Selbstanwendung eingesetzt. Es fördert die sportliche Leistung, regt die Selbstheilungskräfte des Körpers an und unterstützt schwache Bänder und Muskelansätze. Beim Myofaszialen Taping nach Erhard werden spezielle Tapes zur Behandlung der Faszien benutzt. Mit dieser Taping Technik wird das myofasziale System im Körper effektiv und differenziert angesprochen und behandelt. Die Tapes werden eingesetzt zur Schmerzreduktion und Bewegungserweiterung. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie myofaszielles Taping praktisch anwenden, um Ihr körperliches Wohlbefinden positiv zu beeinflussen.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Theoretische Grundlagen über die Faszien• Hintergrund und Anwendung des myofaszialen Tapings• Einfache Anlagetechniken zur Behandlung der Faszien• Praktische Anwendung des myofaszialen Tapings
Voraussetzung	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.
Zielgruppe	Gesunde Erwachsene
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie kennen die Anwendungsgebiete vom Myofaszialen Taping• Sie beherrschen die praktische Anwendung von Tapes• Sie sind in der Lage, myofaszielles Taping zur Selbstanwendung einzusetzen• Sie wissen über die Kontraindikationen beim Taping Bescheid
Datum	19.01.2022 / E_1552647
Zeit	18:05 - 21:45 h
Wochentage	Mi
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF 100.00
Durchführungsort	Gartenstrasse 5, 7000 Chur

Klubschule Migros Chur Tel. +41 58 712 44 40

Gartenstrasse 5
7001 Chur
info.ch@gmos.ch
klubschule.ch





Myofasziiales Taping

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	19.01.2022	18:05 - 21:45

Klubschule Migros Chur

Tel. +41 58 712 44 40

Gartenstrasse 5
7001 Chur

info.ch@gmos.ch
klubschule.ch

