



Sie erhalten nach Eingang  
der Kursanmeldung vorab zum Lesen

*Christopher-Marc Gordon:*  
**Leben ohne Stress und Schmerzen**  
durch die neue Faszien-Selbsttherapie,  
163 Seiten, Fischer Verlag, November 2015  
ISBN 978-3-596-03314-0

## Anmeldung

### **CIT Academy**

Ahornstraße 31  
70597 Stuttgart-Degerloch  
Tel.: 0049 (0)711 23 66 321  
Fax: 0049 (0)711 23 66 772  
E-Mail: [organisation@center-gordon.de](mailto:organisation@center-gordon.de)  
Web: <http://www.center-gordon.de>  
<http://www.fascia-releazer.com>  
<https://www.facebook.com/FasciaReleaZer/>

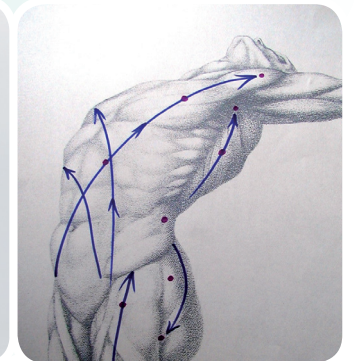
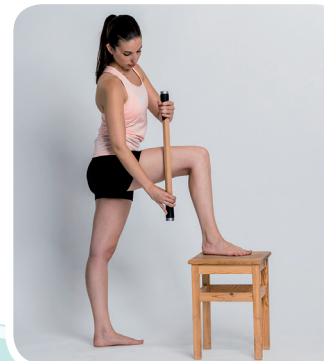
GORDON HEALTH



CIT Academy

## Basisseminar Faszien-Selbsttherapie und Resilienztraining mit dem Fascia-ReleaZer®

Ein Seminar für Laien,  
Sportler, Therapeuten und Ärzte.



## Ziele

---

- Erlernen Sie wichtiges Hintergrundwissen zu Faszien, Schmerz und Stress
- Erlernen Sie die Anwendung des *Fascia-ReleaZer* mit *Deep-ReleaZer* und reduzieren Sie selbstständig Schmerzen und Stress

## Kursinhalte

---

- Faszien – ein Wahrnehmungsorgan
- Stress: How to make stress your friend?
- Der Präfrontalkortex (Vorderhirn) – der Fels in der Brandung
- Das autonome Nervensystem beeinflussen
- Volkskrankheit Schmerz: Lösungsansätze
- Die Wirkung von Vibration und Frequenzen auf Wasser/Körper
- Instrumentengestützte Faszien-Selbst-Therapie
- Praktische Anleitung der Ganzkörpertherapie
- Herzratenvariabilität (HRV)-Training mit dem *Fascia-ReleaZer*
- Resilienztraining

## Livescience

---

Livescience beschreibt ein Substrat aus 30 Jahren Berufserfahrung sowie 15 Jahren wissenschaftlicher Arbeit. Dabei wird Unsichtbares, wie Hydrations- oder Elastizitätsveränderungen im Gewebe, sichtbar und/ oder messbar gemacht. Dies bedeutet, dass komplexe und objektiv reproduzierbare Inhalte für den Laien oder den Experten einfach verständlich gemacht werden. Ein großes Sortiment an objektiven Messparametern zeigt anhand einfacher Videos und Live-Messungen welche Veränderungen im Gewebe oder im Vegetativen Nervensystem entstehen können.

## Was sind Faszien?

---

Faszien sind feine, zähe, bindegewebige Häute, die wie ein dreidimensionales Netz unseren gesamten Körper durchziehen. Die menschlichen Faszien umhüllen alle Muskeln, Knochen, Organe und Nerven im Körper und sorgen somit dafür, dass bei jeder Bewegung die einzelnen Körperteile aneinander vorbeigleiten und/oder an ihrem Platz bleiben.

## Was ist der Fascia-ReleaZer?

---

Der *Fascia-ReleaZer* kombiniert Muskel-Faszien-Selbstbehandlung mit vibratorischer Oszillation. Dieses patentierte Selbsthilfe-Behandlungsinstrument hat Christopher Gordon entwickelt. Er ist im Center für Integrative Therapie vielfach im Einsatz. Auch zahlreiche Pilotstudien sowie eine randomisierte, kontrollierte klinisch-wissenschaftliche Studie in Zusammenarbeit mit den Universitäten von Tübingen und Memphis haben das Selbstbehandlungstool validiert.

