FUNCTIONAL FLOSSING

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch

www.campus3.ch

Kursausschreibung

FUNCTIONAL FLOSSING

EINLEITUNG

Flossing ist eine neue Methode der Behandlung von Gelenken, Muskeln und Faszien mit Hilfe eines elastischen Gummibandes. Durch die Kompression des Gewebes in Kombination mit aktiver Bewegung können schmerzhafte und hypomobile Körperbereiche behandelt werden. Durch eine kurzfristige Hypoxie und reaktiver Durchblutung wird die Selbstheilung aktiviert und durch die Scherkräfte unter dem Flossband werden Verklebungen und Adhäsionen gelöst.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- beherrschen die Technik zum Anlegen des Flossing-Bandes
- können dank vieler Praxistipps die Anwendung sicher umsetzen
- sind in der Lage, die geübten Techniken eigenständig in der Praxis anzuwenden
- erhalten ein Kursskript mit praktischen und theoretischen Grundlagen, das ihnen ermöglicht, das Erlernte jederzeit zu vertiefen und nachzuarbeiten

INHALTE

Die Teilnehmenden

- erlernen die Technik zum Anlegen des Flossing-Bandes und können sie sicher anwenden.
- nutzen die im Kurs vermittelten Praxistipps gezielt in der Anwendung.
- sind in der Lage, die geübten Anlagen eigenständig in der Praxis umzusetzen.
- verstehen, wie das Flossing-Band korrekt eingesetzt wird.
- erhalten ein Kursskript, um theoretische Grundlagen und praktische Inhalte jederzeit zu vertiefen und nachzuarbeiten.

METHODEN/ARBEITSWEISEN

Theorie:

Einführung und theoretische Grundlagen über das Flossing.

Praxis:

- Flossing an der unteren Extremität
- Flossing am Rumpf
- Flossing an der oberen Extremität

KURSVORAUSSETZUNGEN

Du hast ein Diplom in Physiotherapie, Studenten Physiotherapie, Ergotherapie oder med. Massage, Sportwissenschaften oder als Fitenesstrainer:in

LEITUNG

Daniel Josef

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
Haselstrasse 18, 5400 Baden AG im 4. Stock	14.09.2025	09.00 - 17.00 Uhr	05125	CHF 260.-