

WEBINAR: WEBINAR: SCHMERZ BEGINNT IM KOPF - UND KANN DORT AUCH GEHEN

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



Kursausschreibung

WEBINAR: WEBINAR: SCHMERZ BEGINNT IM KOPF - UND KANN DORT AUCH GEHEN

WORKSHOP - WIE NEUROZENTRIERTES TRAINING SCHMERZEN REDUZIERT & BEWEGLICHKEIT ZURÜCKBRINGT

EINLEITUNG

Viele Menschen kämpfen über Monate oder Jahre mit Schmerzen – trotz Physiotherapie, Training oder medizinischer Behandlung. Oft liegt die Ursache nicht mehr im Gewebe, sondern in der Art und Weise, wie das Gehirn Schmerz verarbeitet. Denn: Schmerz entsteht nicht im Muskel, sondern im Kopf. Unser Workshop zeigt, wie neurozentriertes Training gezielt dort ansetzt, wo klassische Methoden häufig an ihre Grenzen stossen – beim Nervensystem. Du lernst, wie das Gehirn Schmerz bewertet, welche Schutzmechanismen aktiv werden und wie du durch einfache Reize gezielt darauf einwirken kannst. Mit einem Mix aus Theorie und direkter Anwendung bekommst du einen neuen Zugang zu deinem Körper – und konkrete Tools, um Schmerzen anders zu verstehen und nachhaltig zu beeinflussen. Der Workshop richtet sich an alle, die mit Schmerzen leben – sei es im Rücken, Nacken, Kiefer oder durch unspezifische Beschwerden – und einen neuen, wirksamen Weg gehen möchten. Auch für Therapeut:innen, Trainer:innen & Coaches geeignet. Jetzt anmelden und lernen, wie du mit deinem Gehirn für weniger Schmerz und mehr Beweglichkeit arbeitest – nicht dagegen.

ZIELE

- Du verstehst, wie Schmerz im Gehirn entsteht – und warum er oft bleibt.
- Du lernst, wie neurozentrierte Übungen dein Nervensystem neu ausrichten können.
- Du erlebst spürbar, wie kleine Reize grosse Effekte haben können.
- Du bekommst Werkzeuge, um Schmerzen aktiv und gezielt zu beeinflussen.
- Du entwickelst ein neues Verständnis von Bewegung, Sicherheit und Heilung.

INHALTE

- Einführung: Wie entsteht Schmerz im Gehirn?
- Warum klassische Schmerztherapie oft nicht reicht
- Die Rolle von Sicherheit & Nervensystem bei chronischen Schmerzen
- Praxisteil: Zwei Selbsttests & direkt erlebbare Neuro-Übungen
- Wie neurozentriertes Training langfristig helfen kann
- Erste Schritte zur Integration in den Alltag

METHODEN/ARBEITSWEISEN

Praxisteil: Zwei Selbsttests & direkt erlebbare Neuro-Übungen

KURSVORAUSETZUNGEN

Für alle Interessierten

LEITUNG

Luise Walther

- Expertin für Neurozentriertes Training
- Speakerin
- Autorin
- Performance Coach

BEMERKUNGEN

Kooperationspartner

Dieses Webinar wird von einem Kooperationspartner durchgeführt. Daher können seitens Campus3 keine Rabatte für diesen Kurs gewährt werden.

Mit deiner Anmeldung erklärst du dich einverstanden, dass wir zwecks Kommunikation & Einladung deine Kontaktangaben weitergeben.

	10.02.2026	18.00 - 21.00 Uhr	10057	Deutsch	CHF 140.-
--	------------	-------------------	-------	---------	-----------