

## Cranio-Sacral Therapie

Die Cranio-Sacral Therapie basiert auf sanfter Berührung, um Spannungen und Einschränkungen im cranio-sacralen System aufzulösen. Dieses System besteht aus dem Liquor (Hirn-, Rückenmarksflüssigkeit) und den Membranen, die das Gehirn und das Rückenmark schützend umgeben. Es erstreckt sich von den Schädel- und Gesichtsknochen (Cranium) entlang der Wirbelsäule bis zum Kreuzbein (Sacrum) und Steissbein. Die Spannungspunkte werden mit spezifischen Techniken behandelt. Dies geschieht durch die Wahrnehmung und Beobachtung der feinen rhythmischen cranio-sacralen Bewegungen an allen erreichbaren Stellen des cranio-sacralen Systems. Da dieses lebenswichtige System die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des Gehirns und Rückenmarks beeinflusst, kann ein Spannungsungleichgewicht eine Reihe von motorischen und neurologischen Störungen verursachen. Die Folgen sind oft chronische Schmerzen, Sehstörungen, Skoliosen, motorische Störungen, Lernschwierigkeiten und andere Störungen der Gesundheit.

Diese sanfte manuelle Behandlungsmethode unterstützt und aktiviert auf einfache Weise die Selbstheilungskräfte des Körpers.