



## Funktionsmassage

Die **Funktionsmassage** behandelt als Teilbereich der Klassischen Massage den Bewegungsapparat ...

Der Bewegungsapparat bildet als „Grundgerüst“ die physikalische Struktur unseres Körpers. Diese Struktur hat die Aufgabe den Körper in einer festen Position zu halten und gezielte Bewegungen auszuführen.

Dazu dienen ein festes Skelett, ein Muskelsystem und Zugbänder in der Form von Sehnen. Jede Kraftübertragung erfolgt durch eine Muskelaktivität zur Zugkraftübertragung auf die entsprechenden Körper-, oder Knochenelemente.

### **Funktionsmassagen können zur Ergänzung der Klassischen Massage eingesetzt werden.**

Die Funktionsmassage ist eine gezielte Tiefenmassage bestimmter Zonen und Punkte.

Die Punkte werden zielbewusst durch den Tastbefund erfasst und punktuell behandelt.

Es werden tief liegende Gewebeschichten gegeneinander verschoben und eine anhaltende Verformung und Dehnreiz an jeder notwendigen Stelle bewirkt.

Sie wirkt tief auf den Muskel ein und löst so gezielt die Verspannungen auf.

Im gleichen Augenblick entfaltet sich, je nach Ausführung, eine abgestufte Wirkung über das Nervensystem.

Leichte Ausführungen entspannen, beruhigen und regen den Stoffwechsel, das Arterielle, Venöse wie auch das lymphatische Abflusssystem an.

Das Grundprinzip der Funktionsmassage ist die Verbindung von manuellen Kontakten. Die Bewegung führt zu einer kontrollierten Mobilisierung des Gelenkes. Auf diese Weise kann das natürliche Bewegungsgefühl nach einer Schädigung wiederhergestellt werden.

Zusätzlich wird das Wiederverletzungsrisiko durch die Gelenkstärkung stark vermindert.

### **Anwendung findet die Behandlung vor allem bei**

- Stoffwechselentgleisungen im Muskel
- Myogelosen (Muskelhärte) die durch Verkrampfungen und Überdehnungen des Gewebes entstehen
- Myogelosen als Folge von entzündlichen Muskel- oder Gelenkerkrankungen
- Muskelverhärtungen und Schmerzsymptome durch Überbeanspruchung der Muskulatur
- eingeschränkter Beweglichkeit oder Druckschmerz der Muskulatur.