

## Kiefer-Körper-Balance

ist ein einfaches und sanftes System, das die Kiefermuskulatur entspannt und das Kiefergelenk ausgleicht durch energetisches Arbeiten rund ums Kiefergelenk, das Zungenbein, den Unterkiefer sowie den Schulter-Nackengebiet.

### Die zentrale Bedeutung des Kiefergelenks

Aus der Osteopathie und der Craniosacralen Therapie wissen wir, dass das Kiefergelenk durch die Kommunikation über die Kopf-Steißbein-Achse eine wichtige Rückkopplungsfunktion zwischen Gehirn und Muskulatur übernimmt und somit einen **Einfluss auf den gesamten Körper ausübt**.

### ... auf die Muskeln des Bewegungsapparates:

Die inneren Kaumuskeln sind mit dem Keilbein in der Schädelbasis verbunden. Das Keilbein liegt direkt an der Dura mater, der harten Hirnhaut, die den gesamten Schädel und Wirbelkanal auskleidet.

So ist es nicht ungewöhnlich, dass ein verspanntes Kiefergelenk Ursache für Muskelbeschwerden in den Beinen, im Rücken oder im Schulter-Nackengebiet sein kann.

### ... auf den Verdauungstrakt:

Über den Schläfen- und Kiefermuskeln verlaufen viele Energiebahnen (sog. Meridiane), die mit den Verdauungsorganen in Verbindung stehen und diese energetisch versorgen. Hierzu zählen der Magen-, Dünndarm-, Gallenblase- und Dickdarm-Meridian sowie der Dreifache Erwärmer.

### ...auf den Wasserhaushalt des Körpers:

Indirekt über Muskeln und Meridiane beeinflusst die Kiefermuskulatur den durch die Niere regulierten Wasserhaushalt des Körpers und damit den Stofftransport, die Ausscheidung und die Reizweiterleitung unserer Nervenimpulse.

### ...auf das Nervensystem:

Verspannte Kiefermuskeln und daraus resultierende Kiefergelenksfehlstellungen können die Ursache verschiedenster Körpersymptome sein, da die Verspannungen zu fehlerhaften Nervenimpulsen an unser Gehirn führen.

Verspannungen im Kiefergelenk können sich daher im gesamten Körper auswirken.

Mögliche Auslöser für Verspannungen im Kiefergelenk sind z.B. Autounfall, Schleudertrauma, emotionaler Stress, ein Schlag auf den Kopf oder Kiefer.

Auch Zahnbehandlungen können durch zu langes Sitzen bei geöffnetem Mund oder zu großer Krafteinwirkung bei Zahn-Extraktionen zu Verspannungen führen.

Die Auslöser können sehr lange zurückliegen, doch die Verspannungen in der Kiefermuskulatur können immer noch stark sein und im Kiefergelenk Stress auslösen. Durch Kiefer-Körper-Balance kann dieser Stress abgebaut werden und das Kiefergelenk wieder in die Balance kommen.

### Kiefer-Körper-Balance kann hilfreich sein bei:

- Zähneknirschen, Kaubeschwerden,
- Kiefergeräusche,
- Schnarchen,
- Ohrgeräusche, Tinnitus,
- Hörschwierigkeiten,
- Kopfschmerzen,
- Verspannungen im Kopf sowie im Schulter- Rücken- und Nackengebiet,
- Chronische Müdigkeit,
- Lernprobleme,
- Entgiftung.

Und sie kann begleitend eingesetzt werden bei kieferorthopädischen Behandlungen.

Der Kurs beinhaltet eine Einführung in die TCM (traditionelle chinesische Medizin), Grundkenntnisse über die emotionale Bedeutung von Zahn-/Kieferproblemen, die Zugehörigkeit der einzelnen Zähne zu den Meridianen der Akupunkturmedizin, sowie energetische Übungen in Verbindung mit Akupunkturpunkten, um die Muskeln, Bänder und Sehnen rund um den Kiefer-, Hals -, und Nackengebiet zu entspannen.

## Kompaktkurs - Kiefer-Körper-Balance

Kiefer-Körper-Balance ist eine einfache, effektive Methode, die für Jede und Jeden schnell erlernbar ist.

Sie kann für die Eigenbehandlung ebenso eingesetzt werden wie für die Anwendung in der Familie oder als Erweiterung und Ergänzung des Therapieangebotes in der Praxis.

Diese Methode ist daher besonders empfehlenswert für Ergo- oder PhysiotherapeutInnen, HeilpraktikerInnen, LogopädiInnen und andere therapeutisch Tätige.

Das Energetisieren der Kiefermuskulatur über die Hände wird in diesem Seminar erlernt und erfahren und schenkt tiefe Entspannung. Es hat einen positiven, regulierenden Effekt auf den ganzen Körper.

Das Seminar gliedert sich in zwei Seminartage, die nur als Ganzes buchbar sind. Für beide gibt es jeweils ein farbiges Skript.

Für den ersten Seminartag sind keine Vorkenntnisse nötig und das Erlernte ist nach dem Seminar direkt anwendbar.

Am zweiten Seminartag werden speziell für Kurzbehandlungen zusammengestellte Positionen vermittelt, die für Patienten ebenso wie für Eigenbehandlungen flexibel einsetzbar sind:

- für Kurzbehandlungen von 10 - 20 Min,
- zur täglichen Anwendung,
- als Abschluss einer therapeutischen Anwendung,
- bei akuten Kopfschmerzen oder Migräne,
- bei Nebenhöhlenproblemen,
- bei chronischen Schulter-Nackengebiet-Schmerzen.

## Spezialkurs – Schnarcher-Balance

Energetisches Arbeiten rund um Gaumensegel, Zungengrund, Zungenbein, vordere Halsmuskulatur und Kiefergelenk.

Dieses Seminar richtet sich sowohl an Betroffene der Schnarchproblematik und die unter Schlafapnoe leiden, sowie an Therapeuten (HeilpraktikerInnen, PhysiotherapeutInnen, Zahnärzte und ZFA, ErgotherapeutInnen, Sprach- und StimmtherapeutInnen etc.)

### Ist Schnarchen eine Krankheit?

Sicherlich hat jeder schon einmal einen schnarchenden Menschen gehört, diese störenden Geräusche in der Nacht, die den Schlaf unterbrechen oder andere, ruhesuchende Menschen gänzlich am Ein- oder Durchschlafen hindern. Vielleicht haben Sie das auf dem Zeltplatz, der Jugendherberge oder sogar im eigenen Schlafzimmer erlebt. Manchmal dringen die Schnarchgeräusche sogar durch die Wand in der Wohnung. Bei vielen schnarchenden Menschen und den Menschen in ihrem Umfeld entsteht ein großer Leidensdruck.

### Ist Schnarchen ein Problem in Ihrer Beziehung?

#### Schlafen Sie schon in getrennten Schlafzimmern?

Vielen Menschen ist es unangenehm darüber zu reden und die meisten glauben, dass sie es nicht ändern können. Ich bin jedoch der Meinung, dass jeder Mensch daran selbst etwas ändern kann.

In diesem Seminar erlernen Sie eine Methode, wie Sie die Schnarchproblematik lindern können, die Sie bei sich selbst und anderen Menschen anwenden können.

Sie beinhaltet das energetische Arbeiten rund um Gaumensegel, Zungengrund, Zungenbein und vordere Halsmuskulatur. Weitere Seminarinhalte sind die therapeutischen Behandlungen im Sitzen und im Liegen.

### Kursleitung

#### Josef Stotten

Krankenpfleger, Heilpraktiker, Gründer des Instituts für Begleitende Kinesiologie in Wardenburg

„Durch meine über 20-jährige Arbeit in der Notaufnahme einer Klinik ist es mir in der Naturheilkunde besonders wichtig, Körpersymptome nicht isoliert zu sehen, sondern als Signal einer tiefer liegenden Störung im ganzheitlichen Sein des Patienten.“

Näheres unter: [www.josefstotten.de](http://www.josefstotten.de)

## Kursdaten

### Termine:

-Kiefer-Körper-Balance (Kompaktkurs) **29./30.November 2024**

oder: **5./6. Dezember 2025**

- Schnarcher-Balance (Spezialkurs) **01. Dezember 2024**

oder: **07. Dezember 2025**

### Zeiten:

freitags & samstags 10 – 18:30 Uhr

sonntags 10 – 18 Uhr

### Kosten:

Kompaktkurs (2-tägig): **334 Euro**

Spezialkurs: **140 Euro**

**Teilnehmerzahl:** 8 – 20

**Für jeden Seminartag erhalten die TeilnehmerInnen ein Zertifikat, das sie berechtigt, Kiefer-Körper-Balance im Rahmen ihrer Praxistätigkeit auszuüben.**

## Organisatorisch-Praktisches

Für das Wochenende bitte Schreibzeug, bequeme Kleidung und eine Kleinigkeit für unser gemeinsames, vegetarisches Mittagsbuffet mitbringen.

### Seminar-Rücktrittsversicherung

Aus den unterschiedlichsten Gründen kann es passieren, dass Du kurzfristig von einer Seminar-Anmeldung zurücktreten oder eine begonnene Ausbildung abbrechen musst. Hierfür empfehlen wir Dir eine Seminar-Rücktrittsversicherung.

Mehr Informationen auf [www.ascendium-akademie.de](http://www.ascendium-akademie.de)

### Veranstaltungsort:



## Praxis - Seminar



# Kiefer - Körper Balance

## Energetische Kiefergelenksbalance und **NEU:** Schnarcher-Balance

...über den Kiefer  
auf den ganzen Körper wirken

