

*Es kommt darauf an, den
Körper mit der Seele und die Seele
durch den Körper zu heilen.*

Oscar Wilde



PETRA ZIMMERMANN

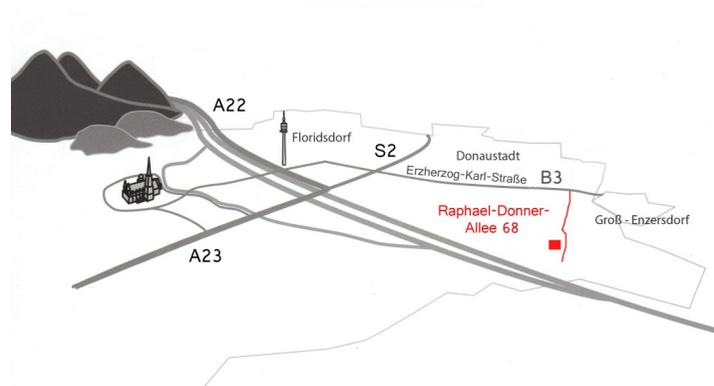
PRAXIS

Raphael-Donner-Allee 68, 1220 Wien

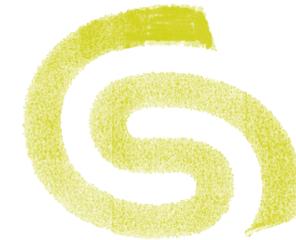
TERMINE

telefonisch: 0699 196 901 20

Mail: petra.c.zimmermann@gmail.com



Petra Zimmermann



CRANIO
SACRAL

CRANIO-SACRAL
THERAPIE

CRANIO-SACRAL THERAPIE

Cranio-Sacral Therapie (CS-Therapie) ist eine sanfte, manuelle Körpertherapie, mit dem Ziel, **tiefgehende Entspannung** auf körperlicher und emotionaler Ebene zu bewirken.

Das **CS-System** besteht aus dem Schädel (Cranium) und dem Kreuzbein (Sacrum). Dieses System wird von Bindegewebsmembranen (Dura Mater) umhüllt und schließt Rückenmark und Gehirn ein, welches schützend eingebettet in der Gehirnflüssigkeit (Liquor cerebrospinalis) liegt und genährt wird.

Der **CS-Rhythmus** (CSR) ist eine innere Wellenbewegung, ähnlich unserem Herz- und Atemrhythmus. Der CSR entsteht durch die Produktion von Gehirnflüssigkeit im Schädel und pulsiert auch in der Wirbelsäule. Er breitet sich im ganzen Körper aus und ist deshalb überall wirksam. Der **harmonische Fluss** des CSR kann durch besondere Ereignisse bei der Geburt, aber auch durch Unfälle, Operationen, psychische Traumata oder intensiven Stress gestört werden und dadurch zu Spannungen im Körper führen.

Was passiert bei der CS-Therapie?

Die CS-Therapeutin stimmt sich mittels behutsamer Berührung auf den Klienten oder die Klientin ein und hilft den harmonischen Fluss des CSR und damit das **natürliche Gleichgewicht** wiederherzustellen.

ANWENDUNGSGEBIETE

Cranio-Sacral Therapie ist geeignet für:

Schwangere

unterstützend zur Geburtsvorbereitung

Babys

nach schwierigen Geburten (Frühgeburt, Kaiserschnitt), bei Koliken, Verdauungsproblemen, Schlaflosigkeit (Schreibabys), Hüftproblemen, Entwicklungsstörungen...

Kleinkinder

Schlafstörungen, Kopf- und Bauchschmerzen, wiederkehrende Erkältungen, verzögerte motorische Entwicklung...

Schulkinder

bei Unruhe, Schlaflosigkeit, Konzentrationsprobleme, Hyperaktivität, Kieferfehlstellungen (Zahnsperre)...

Erwachsene

nach Unfällen, nach Operationen, bei Schmerzen, als körpertherapeutische Begleitung bei Psychotherapie, zur allgemeinen Genesungsunterstützung, bei Wirbelsäulenbeschwerden wie Bandscheibenprobleme, bei Kopfschmerzen, nach Schlaganfällen, bei Burnout, zur Stressentlastung...

PETRA ZIMMERMANN



Diplomierte Cranio-Sacral Therapeutin

Montessoripädagogin

Kleinkindpädagogin seit 1988