

Breuß-Dorn Newsletter * Oktober 2014



NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Therapien nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax:: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de



Breuß-Dorn NEWSLETTER Oktober 2014

4740 Empfänger. Bei Ausdruck ca. 24 Seiten

Inhalt dieses Newsletters:

ERINNERUNG DORN-TREFFEN 2014

DEKLARATION/BEITRITTSERKLÄRUNG "DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR DIE DORN-METHODE E.V."

RESUMÉE SCHWEIZER DORN-KONGRESS 2014

REAKTIONEN SCHWEIZER DORN-KONGRESS 2014

GESUNDHEITSTIPP: MODISCH DAS RÜCKRAD STÄRKEN

NEUERSCHEINUNG: DORN-THERAPIE & JIN SHIN JYUTSU

SEMINAR: ALANYA SONNE - MEER - HEILUNG - AUSBILDUNG

HINTERGRUNDINFORMATION: GUT VORBEREITET FÜR DEN WINTER

IMPRESSUM/MEDIADATEN

ERINNERUNG DORN-TREFFEN 2014

DORN-Treffen am 7.+ 8. November 2014

für alle DORN-Ausbilder-Anwender-Therapeuten und Interessierte

in D-87763 Lautrach im Gasthaus Rössle

Freitag von 11 bis 19 Uhr + Samstag von 10 bis 17 Uhr

Wir treffen uns in Lautrach, am Wohnort von Dieter Dorn, wo sein Wirkungskreis war und wir wollen damit Dieters Lebenswerk ehren. Eine neue Basis soll mit der Deutschen Gesellschaft für die Dorn-Methode gelegt werden, um weiterhin erfolgreich mit der Dorn-Methode für eine gute Volksgesundheit zu wirken und diese für die nächsten Jahrzehnte zur Anwendung vieler zu erhalten. Gemeinsam sind wir stark.

Bitte lese die "DEKLARATION der DORN-Methode" im Folgenden Artikel.

Mit der Gründung der Gesellschaft soll die Grundlage geschaffen werden, dass die Wirkungsweise der Dorn-Methode in der richtigen Anwendung und ohne medizinisches Fachwissen als unbedenklich anerkannt wird und dass es zukünftig hierzu eine zentrale Fachstelle geben wird, bestehend aus eine Gremium von erfahren Dorn-Therapeuten und Ausbildern der Dorn-Methode. Ich freue mich, wenn Du schon jetzt zustimmend Deine Mitgliedschaft für unsere neue Gesellschaft erklärst.

Zeitplan am Freitag:

11.00 Uhr: Grußworte und Vorstellung der ältesten, aktiven Schüler von Dieter Dorn

12.00 Uhr: Vortrag von Frau Dr. Oberhauser

13.00 Uhr: Mittagessen

15.00 Uhr: Vorstellung der "DEKLARATION der DORN-Methode" ,Beiträge der Teilnehmer

17.00 Uhr: Vorschläge und Wahl der Gründungsmitglieder welche die Gründung der "Deutsche Gesellschaft der DORN-Methode" vorbereiten sollen.

19.00 Uhr: Rückblick auf den ersten Tag und anschließend Abendessen.

Zeitplan am Samstag:

10.00 Uhr: Zustimmung der "DEKLARATION der DORN-Methode"

13.00 Uhr: Mittagessen

14.00 Uhr: Die Festlegung der praktischen Anwender-Schritte zur DORN-Methode

17.00 Uhr: Ende des DORN-Treffens 2014.

Anreise:

Mit dem Auto: es gibt ausreichende Parkplätze beim

- Gasthaus Rössle, 87763 Lautrach, Deybachstraße 16

- Schloss Lautrach, 87763 Lautrach, Schlossstraße 1

Mit der Bahn: Bis zum Bahnhof Memmingen, dann Buslinie 966, Memmingen-Lautrach-Legau.

Empfehlung: anstatt mit dem Bus 966, ist es einfacher, mit dem Taxi anzufahren.

Mit der Anmeldung zum "DORN-Treffen 2014" überweisen Sie bitte einen Kostenbeitrag von 80,- EURO für beide Tage (für Getränke, Kaffee, Kuchen, Obst, Organisation, Raumgebühr, Honorar der Anwältin).

Konto: Helmuth Koch, Sparkasse Hochrhein, Konto-Nr: 1000524619, BLZ: 684 522 90, IBAN-Nr. DE81 6845 2290 1000 5246 19, BIC-Code: SKHRDE6W

Organisation:



Helmuth Koch

Schulthaiß Str. 1A

78462 Konstanz

Tel. 07531-28 29 005

E-Mail: info@dornmethode.com

DEKLARATION/BEITRITTSERKLÄRUNG "DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR DIE DORN-METHODE E.V."

DEKLARATION der DORN-Methode 2014

Wir, die aktiven Schüler von Dieter Dorn - der eine alte, traditionelle Methode aufgenommen und weitergegeben und weiterentwickelt hat - legen nun für alle DORN-Ausbilder und DORN-Anwender verbindlich fest, was die DORN-Methode ist:

Die DORN-Methode ist eine freie Methode, die von jedem Menschen angewendet werden kann. Das Ziel ist die Förderung und Verbesserung der Gesundheit.

Die DORN-Methode ist völlig ungefährlich und benötigt kein "medizinisches Fachwissen". 30 Jahre Erfahrung mit dieser Methode, bei richtiger Anwendung, zeigt eine völlige Gefahrlosigkeit für Menschen, die sich damit selbst helfen oder denen geholfen wurde. Es ist eine Hilfe zur Selbsthilfe um die Gesundheit zu optimieren. Nach einer Definition der Krankenkassen gehören akute Rückenschmerzen zu den "Befindlichkeitsstörungen". Das eigentliche Gebiet der Dorn-Methode sind die unspezifischen Rückenschmerzen (etwa 80% aller chronischen Rückenprobleme). Letztlich nützt sowieso nur das, was der Patient selbst für sich tut, ob er die Verantwortung für seine Gesundheit selbst übernimmt.

Die DORN-Methode ist eine sanfte Methode zur Korrektur von Fehlstellungen der Wirbel und Gelenke. Durch eine ganz natürliche Bewegung werden die Muskeln im entsprechenden Abschnitt der Wirbelsäule in Bewegung gesetzt. In genau diesem Moment kann der Wirbel mit sanftem Druck wieder in die richtige Position geschoben werden. Dies kommt aus den Ausführungen von Dieter Dorn.

Die Grundprinzipien der DORN-Methode:

- Das Knochengestüt des aufrecht stehenden Menschen ist zu einer inneren, gedachten Mittellinie symmetrisch. So ist die Kontrolle der Beine, des Beckens und der Wirbelsäule eine gleichzeitige, beidhändige Kontrolle der Symmetrie. Jede Asymmetrie ist zu korrigieren.
- Das Knochengestüt des Menschen ist durch die Haut und das Gewebe gut tastbar. Die Korrektur der Asymmetrie ist immer mit sanftem Druck und in natürlichen Bewegungen - zurück in die Symmetrie - zu korrigieren.
- Die Gelenke der Arme und Beine sind immer zur Kontrolle und Korrektur aus der natürlichen Lage in die ca. 90 Grad-Abwinkelung zu bewegen und dann unter sanftem Druck in die natürliche Lage zurück zu bewegen.
- Mit einfachen Selbsthilfe-Übungen nach DORN kann jeder sein eigenes Knochengestüt selbst in Ordnung bringen oder halten.

Die Deklaration und die Beitrittserklärung können Sie sich direkt herunterladen und Ausdrucken:

Deklaration der Dornmethode 2014

Beitrittserklärung zum Verein "Deutsche Gesellschaft für die DORN-Methode" e.V.

Die Unterzeichner:

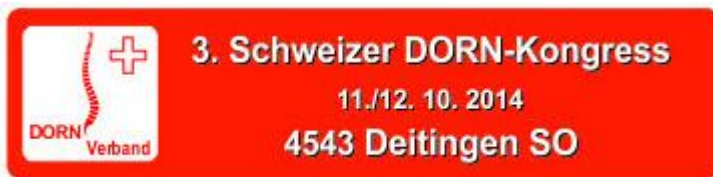


Joachim Wohlfeil, Harald Fleig, Helmuth Koch (v.l.n.r.)

und:

(Name des neuen Mitglieds)

RESUMÉE SCHWEIZER DORN-KONGRESS 2014



Der Kongress war für alle Beteiligten ein großer Erfolg!
Total zählten wir 630 Besucher.

Nebst der großzügigen Ausstellung mit Restaurant konnte man sich in 25 Workshops und 19 Vorträgen weiterbilden. Besucher konnten sich in einem separaten Raum behandeln lassen.



Eröffnungsrede von Helmuth Koch

Im Anschluss seiner Eröffnungsrede für den 3. Schweizer Dorn-Kongress wurde Helmuth Koch als Ehrenmitglied des DORN-Verband Schweiz aufgenommen.



Bruno Laetsch überreicht Helmuth Koch die Urkunde zur Ehrenmitgliedschaft des DORN-Verband Schweiz.



19 Fachvorträge begeisterten die Zuhörer.





25 Workshops boten auf höchstem Niveau die Vermittlung von Theorie und Praxis.



In der Ausstellungshalle befanden sich Aussteller und Besucher in regem Austausch.



Das Catering in der Ausstellungshalle lies keine Wünsche offen.



Behandlungsdemonstration und Helferteam kümmerten sich um groß und klein



Wir freuen uns schon auf den nächsten Dorn-Kongress im kommenden Jahr in Deutschland. Am 3.+4.Oktober 2015 in der Stadthalle Memmingen.

REAKTIONEN SCHWEIZER DORN-KONGRESS 2014

Reaktionen auf den 3. Schweizer DORN-Kongress



Sehr geehrter Herr Laetsch

einfach super und gut was Sie und das gesamte Kongressteam hier an diesem Wochenende zustande gebracht haben bis hin zu den Workshops. Ich habe sehr gute Impulse bekommen von Ihren Workshops und auch Ihr Administrationsteam und die Zusammenarbeit war außerordentlich kooperativ. Ihnen und allen Kongressmitarbeitern danke ich ganz herzlich für das reibungslose Gelingen und ich freue mich auf den

nächsten Kongress im kommenden Jahr.
Herzliche Grüsse H. L.

Lieber Bruno,
danke für Dein E-Mail. Es hat auch viel Spaß gemacht und ich würde das nächste Mal bestimmt wieder mitmachen. Es war ja auch ein Fotograf unterwegs. Kann man von Ihm Bilder beziehen? Er hat nämlich ein Super Foto von mir und einer Kollegin gemacht.
Lieber Gruß W.

Lieber Bruno
Herzlichen Dank für das Feedback. Auch von meiner Seite ein riesen Kompliment ans ganze OK Team. Es war alles perfekt durchdacht und durchgeführt, 2 Tage die man gerne in Erinnerung behält, die Spaß gemacht und sehr viel Neues und Spannendes gebracht haben. Dank der perfekten Organisation konnte man das alles auf sich einwirken lassen.
Danke für alles und liebe Grüße I. H.

Lieber Bruno,
danke Dir für die tolle Organisation des Kongresses und perfekte Technik! Ich weiß von was ich rede und es ist sehr schwierig je mehr Menschen mitarbeiten. Grüße und Dank ans Team!
Gerne komme ich bei einer Neuauflage wieder! Ich finde es gut die Dorn-Methode mit solchen Aktionen in der Öffentlichkeit zu mehr Wahrnehmung zu verhelfen.
S. K.

Hallo Bruno
Danke, und große Kompliment! Wir haben uns alles sehr sehr wohl gefühlt, es ist so schön die bekannten Gesichter wieder zu sehen.
Habt herzlichsten Dank. Lieben Gruß
A. R.

Lieber Bruno,
vielen Dank für die positive Rückmeldung. Ich gratuliere zu diesem toll organisierten Kongress. Ich freue mich, dass die Dorn Methode in der Schweiz so großen Anklang findet. Gerne bin ich auch das nächste Mal wieder mit dabei.
Alles Gute auf für Dich und weiterhin viel Erfolg.
E. S.

Sehr geehrter Herr Laetsch!

Vielen Dank auch Ihnen - wir fanden den Kongress auch sehr gut organisiert und von vielen freundlichen Leuten begleitet; vor allem erfreuten wir uns der entspannten Atmosphäre. Danke auch bezüglich der "Resonanz-Weiterleitung". An der Stelle habe ich noch eine Bitte: Könnten Sie uns eine Video über den Vortrag "Alpenländische Medizin" zukommen lassen.

Sonnige Grüße aus dem Allgäu E. und Dr. K. K.

Sehr geehrter Herr Laetsch,

allerherzlichsten Dank! Ich freue mich über erfolgreiche Wochenende. Es gab einen vollen Saal und gute Resonanzen von den Zuhörern und Rica, der Moderatorin. Auch das Hotel war toll, das Frühstück und die Gemeinschaft mit den anderen Therapeuten und Ausstellern auch. Alles Gute für den Dornverband Schweiz und gern wieder. Ihre G. W.

PS.: bin schon auf die Videoaufnahme gespannt.

Lieber Herr Laetsch

Vielem Dank. Das ist eine große Freude noch einmal von Ihnen zu hören. Vielen Dank. Es hat mir Spaß gemacht dabei sein zu dürfen.

Danke für all ihre Mühe

G. K.

Lieber Bruno,

ganz herzlichen Dank für dein persönliches Dankeschön.

Es war ein echt toller und informativer Anlass, und ich bin sehr froh darüber, dass ich dabei mithelfen durfte. Ich habe ähnliche Feedbacks erhalten von begeisterten Besuchern und Anbietern.

Die Palette der Angebote war sehr breit gefächert, ich habe wirklich viel mitgenommen und erfahren an diesem Kongress.

Die Organisation war hervorragend, ein großes Kompliment an dich, Bruno.

Ich freue mich sehr, wenn ich in zwei Jahren wieder mitwirken kann.

Ganz herzlichen Dank für dieses Erlebnis!

M. S.

Lieber Herr Laetsch,

danke für Ihre netten Zeilen, ja, der Kongress war harmonisch und top organisiert. Einige Vorträge haben mir sehr gut gefallen, ich werde anregen, diese Referenten bei unserem nächsten Dorn-Kongress zu verpflichten.

Weiterhin viel Erfolg bei Ihrem Tun wünscht Ihnen
H. S.

Sehr geehrter Herr Laetsch

Ich danke Ihnen herzlich für Ihr Mail mit dem positiven Feedback. Es war eine einmalige Erfahrung am Dornkongress dabei zu sein und es hat mir und meiner Kollegin viel Freude bereitet.

Ich wünsche Ihnen eine ganz gute, stressfreie Zeit;) und alles Liebe und Gute für die weitere Zukunft.

Freundliche Grüße

B. G.

Sehr geehrter Herr Laetsch, liebe Freunde aus der Schweiz

Ich freue mich über den guten Besuch meines Workshops, mit unserer gemeinsamen Absprache haben wir anscheinend das richtige Thema getroffen.

Nochmal herzlichen Dank für die perfekte Organisation und Betreuung. Sie haben uns da sehr beeindruckt.

Mit herzlichen Dank und vielen Grüßen

C., R. und W. B.

Hallo Bruno,

War ein toller Kongress. In meinen Augen, wie gesagt: organisiert und abgelaufen präzise wie ein Schweizer Uhrwerk.

Tolle Eindrücke, Impulse, Top-Referenten und Vorträge, Rückmeldungen und Resonanzen.

Mit herzlichen Grüßen aus D.

M. R.

Anzeige



Capilli 2008 - das natürliche Haarwuchsmittel - mit der Wirkstoffkombination aus Hopfenblüten-Extrakt, Zinnkraut und Biotin

GESUNDHEITSTIPP: MODISCH DAS RÜCKRAD STÄRKEN

Modisch das Rückgrat stärken !

Ratgeber für einen rückengesunden Kleidungsstil.

Über Geschmack lässt sich bekanntlich streiten ... aber unabhängig davon, ob uns Modetrends gefallen oder nicht, gibt es immer wieder Kleidungsstücke oder Accessoires, die sich auf den Körper auswirken. "Auch der Rücken bleibt von diesen Effekten nicht verschont", weiß Dr. Munther Sabarini, Neurochirurg und Gründer der Avicenna Klinik in Berlin. Aus diesem Grund hat der Experte Schuhe, Handtaschen und BHs aus ärztlicher Sicht genauer unter die Lupe genommen.

Guter Grund für viele Schuhe

Bei den meisten Menschen stecken die Füße den größten Teil des Tages in Schuhen. Doch an die gesundheitlichen Auswirkungen der verschiedenen Modelle denken nur wenige. Dabei wirkt sich schlecht sitzendes Schuhwerk nicht nur auf die Füße, sondern auch auf Beine, Knie und Rücken aus. So verändern etwa High Heels die gesamte Körperhaltung. Dr. Sabarini erklärt: "Beim Tragen hoher Absätze kippen Frauen das Becken unbewusst nach vorne und verfallen in ein Hohlkreuz. Neben muskulären Verspannungen führt dies zu einer höheren Belastung für Wirbel und Bandscheiben."



Schuhe mit hohen Absätzen bringen die ganze Statik des Skeletts aus dem Gleichgewicht. Die Beugehaltung der Wirbelsäule, das gekippte Becken und das daraus entstehende Hohlkreuz verändern die Belastung auf Knie- und Hüftgelenke.



Die einseitige Belastung beim Stehen auf einem Bein kann, über einen langen Zeitraum, schwerwiegende Folgen haben: Beckenschiefstand, S-förmige Wirbelsäule...

Doch auch bei flachen Modellen gilt es, bestimmte Dinge zu beachten: Flip-Flops und Ballerinas geben den Füßen beispielsweise nicht genug Halt. Starre Sohlen verhindern ein natürliches Abrollen. So entstehen dann schnell muskuläre Verspannungen. Zudem fehlt oft die Stoßdämpferfunktion, um Schritte abzufedern. Dr. Sabarini rät: "Schuhe öfter wechseln und zum Beispiel die Pumps im Büro für den Heimweg gegen sportliche Sneakers tauschen. Bei warmen Temperaturen oder im Haus ruhig barfuß laufen. Dadurch findet der Körper zurück in seinen natürlichen Bewegungsablauf."

Nicht zum Packesel mutieren

Ob Shopper, Clutch oder ein anderes Trendmodell - kaum eine Frau verlässt das Haus ohne Handtasche. Und auch bei Männern wächst die Beliebtheit von Umhängetaschen. Viele unterschätzen dabei das Gewicht, das sie regelmäßig mit sich herumtragen. Je größer die Tasche, desto seltener wird ausgemistet. Vor allem Exemplare, die einseitig über der Schulter hängen, belasten den Rücken.



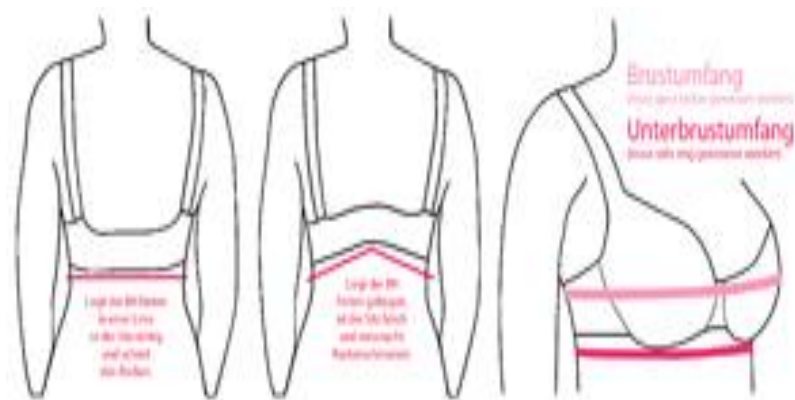
Schwere Taschen tragen wir meist immer auf der selben Schulter. Dies führt zu einer einseitigen Belastung und damit zu einer Krümmung der Wirbelsäule.

Auf Dauer kann diese Fehlhaltung schwere Haltungsschäden verursachen. Wirbelverschiebungen und Blockaden sind die Folge.

"Durch die ausgleichende Haltung, die ihre Träger einnehmen, entstehen schnell Verspannungen der Schulter- und Nackenmuskulatur", weiß Dr. Sabarini. "Zudem gerät die Wirbelsäule aus dem Gleichgewicht, sodass es langfristig zu Fehlhaltungen kommen kann." Seine Tipps für diejenigen, die dennoch nicht auf das modische Accessoire verzichten möchten: Gewicht möglichst gering halten und unnötige Dinge zu Hause lassen. Umhängetaschen am besten quer über den Rücken tragen und Riemenlänge so einstellen, dass sich die Tasche auf Hüfthöhe befindet.

Auf die richtige Größe achten

In der Mode zählt jedoch nicht nur die äußere Hülle - auch was wir darunter tragen, wirkt auf den Rücken. Zwar gelten BHs heutzutage als selbstverständlich, doch immer noch greifen viele Frauen zur falschen Größe. Dabei führen schlecht sitzende BHs vor allem bei großer Oberweite langfristig zu Verspannungen und Haltungsschäden.



Schlecht sitzende BHs führen vor allem bei großer Oberweite langfristige zu Verspannungen und Haltungsschäden.

Erfährt die Brust durch zu große oder zu kleine Modelle keinen ausreichenden Halt, übernimmt die Wirbelsäule die Last und versucht, das Gewicht auszugleichen.

"Erfährt die Brust durch zu große oder zu kleine Modelle keinen ausreichenden Halt, übernimmt die Wirbelsäule die Last und versucht, das Gewicht auszugleichen", verdeutlicht Dr. Sabarini. Dass der BH richtig sitzt, erkennen Frauen, wenn die Körbchen die Brüste vollständig umschließen und das Unterbrustband rund um den Körper waagrecht aufliegt. Je größer die Oberweite, desto breiter sollten die Träger sein.

borgmeier

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" Bewusst Leben - Einfach Wohlfühlen, ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode. Die Ausgabe 04/2014 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Tu Deinem Leib etwas Gutes, damit Deine Seele Lust hat, darin zu wohnen."



Das Magazin erscheint alle drei Monate. Zum Preis von 3.00 Euro pro Ausgabe
Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis von 12.00 Euro im Jahr.
Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Gesund Media GmbH

Isarstraße 1a – 83026 Rosenheim

Telefon: (08031) 809-3363

Telefax: (08031) 809-2799

E-Mail: abo@gesund-media.de

NEUERSCHEINUNG: DORN-THERAPIE & JIN SHIN JYUTSU

Dorn-Therapie & Jin Shin Jyutsu

- Kombination von Dorn und Jin Shin Jyutsu
- Effiziente Selbsthilfebungen Schritt für Schritt
- Das gesamte Know-how erfahrener Experten

Margit Bahn • Peter Bahn • Gamal Raslan

Dorn-Therapie & Jin Shin Jyutsu

Der Ratgeber zur Selbsthilfe für Therapeuten und Patienten



Bewährtes aus der Praxis kombinieren- Dorn-Therapie und Jin Shin Jyutsu sind zwei erfolgreiche Therapien. Doch die Verbindung beider Behandlungsformen steigert die positive Wirkungsweise.

Diese Neuerscheinung zeigt, wie Dorn-Therapie und Jin Shin Jyutsu miteinander verbunden werden können:

- * Hintergründe und Gemeinsamkeiten beider Behandlungsmethoden
- * Strukturierte und verständliche Darstellung der Kombination von Dorn-Therapie und Jin Shin Jyutsu
- * Schritt für Schritt zu effizienten Selbsthilfeübungen durch zahlreiche Abbildungen
- * Hochwertiges Nachschlagewerk

Nutzen Sie dieses wertvolle Wissen von erfahrenen Autoren! Bestellen Sie jetzt und sichern Sie sich dieses einzigartige Buch.



Autorenteam: Margit Bahn, Peter Bahn, Gamal Raslan

Erscheinung: 1. Auflage 2014

Umfang: 96 Seiten mit 150 Abbildungen

Ausstattung: Hardcover

Format: 24,0 x 30,0 cm

39,95 EUR

Über die Autoren:



Gamal Raslan

Jahrgang 1971,

Masseur und med. Bademeister,
selbstständig.

Autor des Buches

„Die Dorn-Methode: Der sanfte Weg zur Mitte“,

Aurum Verlag, 2003

Co-Autor des „Dornatlas“

Foitzick Verlag, 2010.

Organisationsmitglied des deutschen Wirbelsäulenkongresses
2007/09 und 2011.

Zahlreiche Vorträge und Fortbildungskurse als Referent im In- und Ausland.

Für dieses Buch: Ausarbeitung Dornmethode

Weitere Informationen:

Praxis für Physiotherapie Gamal Raslan,
Johann-Georg-Gademannstr. 4, 97424 Schweinfurt,
Tel: 09721/782250, Fax: 09721/782251,
E-Mail: kontakt@gamalraslan



Margit Bahn

Jahrgang 1950, Heilpraktikerin,

Ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin

GGB, Homöopathin, Jin Shin Jyutsu- Praktikerin u. Selbsthilfe-Lehrerin,
zertifiziert durch Jin Shin Jyutsu Inc.

San Alberto Scottsdale, Arizona U.S.A.

Für dieses Buch: Ausarbeitung Jin Shin Jyutsu



Peter Bahn

Jahrgang 1949, Heilpraktiker,

Ärztl. gepr. Gesundheitsberater

GGB, autorisierter Dorn-Therapeut und Ausbilder, Lehrbeauftragter der Berufsfachverbände Freie
Heilpraktiker e.V. Düsseldorf und Heilpraktiker Berufs-Bund Waldeck,

Dozent WBA®-Akademie, Au/Zürich,

Autor des Lehrbuches „Atlas der Dorn-Therapie“

Für dieses Buch: Idee und Koordination

Weitere Informationen:

Praxis für Naturheilkunde

Teichgraben 8, 53757 Sankt Augustin

Tel. 02241/29221 Fax 02241/923949
E-Mail: info@bahn-naturheilpraxis.de
Internet: www.bahn-naturheilpraxis.de

Der Verlag stellt PDF-Dateien mit Auszügen des Buches aus dem Inhalt als Leseprobe zur Verfügung:

Leseprobe Dorn-Therapie & Jin Shin Jyutsu (5116 KB)

In der Leseprobe finden Sie:

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Historie und Inhalt der Dorn-Therapie

Historie und Inhalt Jin Shin Jyutsu

Gemeinsamkeiten Dorn-Therapie & Jin Shin Jyutsu

Allgemeine Hinweise

Beziehungen zwischen Wirbeln und organischen sowie psychischen Beschwerden

1. Beinlängen/Becken

Sie finden das Buch bei uns im Shop unter:



Margit Bahn, Peter Bahn, Gamal Raslan "Dorn-Therapie & Jin Shin Jyutsu"

Das Buch finden Sie bei uns im Shop in der Rubrik Dorn-Literatur/Dorn & Kombinationen:

Hier klicken für die Kategorie **Dorn & Kombinationen**

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:

Klicken Sie hier für den **breuss-dorn-shop.de**

Anzeige



Capilli 2008 - das natürliche Haarwuchsmittel - mit der Wirkstoffkombination aus Hopfenblüten-Extrakt, Zinnkraut und Biotin

SEMINAR: ALANYA SONNE - MEER - HEILUNG - AUSBILDUNG

Urlaub - Ausbildung - Regeneration

Dorn - RückGrad - Methode in der Türkei (Alanya)

Bei allen Schmerzen schauen wir zuerst auf den Rücken!

Regeneration für Wirbelsäule, Bandscheiben und Gelenke

Selbsterfahrungstage/ - Woche:

24.11.-01.12.2014 | 09.02.-16.02.2015 | 30.03.-06.04.2015

Ausbildung zum zertifizierten Gesundheitsberater/-trainer zur Aktivierung deiner inneren Kraft



Was bringt mir die Ausbildung:

- mit Selbsterfahrung zum neuen Beruf
- Dorn-RückGrad-Methode
- Beinlängentest und Ausgleich
- Spiralmuskeltentraining gezielt für Symptome
- Wissen über Tiefenentspannung mit Breussmassage
- Kinesiologie
- Selbsthilfeübungen für alle Gelenke
- Urvertrauen und Sicherheit und Haltung im Lot
- Ganzheitliches Verständnis im kollektiven Feld, in dem wir verbunden sind und getragen werden



Paketangebot mit Flug all inklusive ab Deutschland: 1594,- Euro
Buchung vor Ort (Alanya): 994,- € | Tagesseminare: 194,- Euro

Es besteht die Möglichkeit zu anerkannten Fortbildung.
Rechtssicherheit durch RückGrad e.V. ohne Arzt oder Heilpraktiker zu sein im alternativen Gesundheitsbereich

Zur Selbsterfahrung Heilungswoche oder Tagesseminar Wirbelsäule, Bandscheiben und Gelenke schmerzfrei!

Was bringt mir die Heilungswoche:

- Spiralkettenmuskeltraining, Bodyforming usw.
- Trauma - Heilung, Narbenpflege
- Einheit von Körper, Geist und Seele
- Innere Kraft, den eigenen Platz zu finden und auszufüllen
- Wohlgefühl für Rücken und Gelenke
- Selbsthilfeübungen und Blockaden-Lösung
- Versöhnungsarbeit

Paketangebot mit Flug all inklusive ab Deutschland: 994,- €
Buchung vor Ort (Alanya) mit 3 Therapieeinheiten: 270,- €
Schnupperseminar: 94,- €

RückGrad - Akademie, Corina Wohlfeil-Großer und Team
www.corina-wohlfeil-grosser.de , Tel.: 0170-8207029, E-Mail: corina@dreie.de

Siehe auch <http://rueckgrad.com/akademie-termine-termindetail/events/alanya-sonne-meer-heilung-ausbildung-599.html>

Gönne Dir die Auszeit. Es wird wunderbar für Dich sein. Ich freue mich, wenn Du dabei bist, um in dieser stimmigen Verbindung von Ort, Zeit und Personen, den Heiler in Dir zu wecken.

HINTERGRUNDINFORMATION: GUT VORBEREITET FÜR DEN WINTER

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" Bewusst Leben - Einfach Wohlfühlen, ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode. Die Ausgabe 04/2014 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Tu Deinem Leib etwas Gutes, damit Deine Seele Lust hat, darin zu wohnen."



Das Magazin erscheint alle drei Monate. Zum Preis von 3.00 Euro pro Ausgabe Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis von 12.00 Euro im Jahr. Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Gesund Media GmbH

Isarstraße 1a – 83026 Rosenheim

Telefon: (08031) 809-3363

Telefax: (08031) 809-2799

E-Mail: abo@gesund-media.de

Verletzungen und Unfälle vermeiden -
im Fitnessstudio gut vorbereitet für den Winter.

Egal ob Skifahren, Langlaufen, Rodeln oder Wandern - auch der Winter hat einiges zu bieten. Wer gut vorbereitet in die Wintersaison startet, verringert die Gefahr, sich beim Sport im Schnee zu verletzen enorm. Nicht nur Profis, auch Hobbysportler sollten fit sein und Vorbereitung tut tatsächlich Not, denn jährlich steigt nicht nur die Anzahl der Unfälle, auch die Verletzungen werden immer schwerer.



Skifahren, Langlaufen; Rodeln und Wandern sind die beliebtesten Sportarten im Winter. Doch sehr schnell stellt man fest, dass das eine ganz schöne Umstellung ist. Schmerzen und Muskelkater stellen sich schnell ein.

Wer kennt das nicht: der erste Schnee fällt und nach endlosen Herbsttagen im Büro zieht es einen raus in die Natur. Skifahren, Langlaufen, Rodeln und Wandern sind hier sicherlich die beliebtesten Tätigkeiten um sich den Herbstblues ordentlich aus dem Kopf zu blasen. Doch sehr schnell stellt man fest, dass das eine ganz schöne Umstellung ist. Prompt schmerzen frühzeitig die Beine oder Arme und man kommt völlig aus der Puste. Von dem morgigem Muskelkater mal ganz zu schweigen.

Wer sofort fit und schmerzfrei loslegen möchte, sollte darum unbedingt im Herbst ein spezielles Training im Fitnessstudio absolvieren. Genauso, wenn Sie nur selten Wintersport betreiben - hier stellt sich sonst kein Trainingseffekt ein und Schmerzen, Atemnot und Muskelkater werden jedes Mal auftreten. Bereits kleinere Trainingseinheiten an den richtigen Geräten und mit professioneller Unterstützung können eine Menge bewirken. Beim Skifahren ist es beispielsweise sehr wichtig, alle Muskelgruppen zu trainieren welche dabei besonders in Anspruch genommen werden. Zusätzlich mit etwas Ausdauertraining steht dem Spaß nichts mehr im Wege. Am besten Sie vereinbaren gleich einen Termin im Fitnessstudio und lassen sich dort Ihren ganz persönlichen Trainingsplan erstellen. Zudem werden Ihnen die passenden Gerätschaften genau vorgestellt und deren Bedienung erklärt. Somit wird die Gefahr von Verletzungen beim Training, oder beim Wintersport selbst, weitgehend vermieden. Die Anzahl der Unfälle und die Härte der Verletzungen steigen jährlich an und können durch gutes Vor-Training wieder minimiert werden.

Wer gern in den Bergen wandert, braucht Kondition und somit ein angepasstes Ausdauertraining. Wer trainiert ist, hat mehr Spaß am Berg - und geht auf Nummer sicher. Denn Umwege, Rückzug oder Hilfeleistungen sind nur dann möglich, wenn man nicht schon auf Reserve läuft. Außerdem haben trainierte Alpinisten weniger Probleme mit dem Gleichgewicht und sind daher sturzresistenter. Das Zauberwort beim Ausdauertraining heißt "Regelmäßigkeit". Beim Training der Grundlagenausdauer gilt grundsätzlich: Lieber häufiger und kürzer als selten und länger, sprich besser 2 bis 3 Mal pro Woche je 30 Minuten im Wohlfühl-Tempo als 1 Mal eine Stunde in Hetz-Geschwindigkeit. Man sollte ohne Schmerzen und Muskelkater das Training angehen und nach und nach steigern. Auch hier wird Ihnen ein Experte im Fitnessstudio die richtigen Geräte vorstellen und Ihnen einen Trainingsplan erstellen. Das ausdauertrainierte Herz kann mit einem starken Motor mit großem Hubraum verglichen werden. Der Puls, auch Herzfrequenz genannt, gibt uns darüber Auskunft, wie sehr man das Herz beansprucht.



*Im Fitnessstudio können Sie sich Ihren ganz persönlichen Trainingsplan erstellen lassen.
Zudem werden Ihnen die passenden Gerätschaften genau vorgestellt und deren Bedienung erklärt.*

red/bk

IMPRESSUM (Breuß-Dorn-Newsletter)

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Anwendungen nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

Inhaber: Michael Rau

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de

USt.-IdNr. DE219554812

Handelsregister-Nummer: entfällt

nicht im Handelsregister eingetragenes Kammermitglied der IHK-Karlsruhe

Unser Newsletter ist ein Informationsmedium für Neuigkeiten der Methoden nach Breuß und Dorn und unserem Ausbildungszentrum.

Wir wenden uns damit an Therapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Gesundheitsberater, Interessierte, Betroffene, etc. - für alle, die die BREUß- und DORN-Methoden anwenden und sich für die Methoden interessieren, zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Sie finden in unserem Newsletter Neuigkeiten, Erfahrungsberichte, Studien, Termine, Buchvorstellungen, Produktneuheiten, u.a..

Wir veröffentlichen gerne auch Ihre Neuigkeiten, die für allen anderen Leser interessant sind, wobei sich die Newsletterredaktion das Recht vorbehält Artikel zu kürzen, abzulehnen, oder terminlich in einer anderen Ausgabe zu veröffentlichen.

Copyright 2006-2014 NSC-Natural Spinal Care®. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, wenn nicht anders angegeben, mit Quellenangabe: www.breuss-dorn-shop.de frei.

Der regelmäßige Versand unserer Newsletter erfolgt 1x pro Monat. Bei einer Netzüberlastung können sich die Übertragungszeiten verschieben. Haben Sie jedoch einmal keinen Newsletter auf ihrem Rechner, bitten wir um Information.

Der Bezug des Newsletters wird von uns aus beendet, wenn Ihr e-mail-Programm oder Ihr Provider den Bezug zurückweist (Fehlerhafte Programmierung eines Spam-Schutzes, der Mailbox oder der Abrufparameter). Sollte der Newsletter fehlerhaft ankommen (Steuerzeichen statt Umlauten), teilen Sie uns dies bitte mit.

Der Bezug der Newsletter ist kostenlos und kann jederzeit beendet werden. In unserer Bezugsdatei werden nur die e-mail-Adressen ohne jeden weiteren Personenbezug gespeichert. Es ist daher erforderlich, dass eine Abbestellung von der Empfängeradresse erfolgen muss. Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen, klicken Sie auf den folgenden Link. Newsletter abbestellen: newsletter-loeschen@breuss-dorn-shop.de Wir werden Sie dann aus der Datenliste der Empfänger streichen.

Haben Sie den Newsletter von jemand anderem erhalten und sind nicht in der Verteilerliste, senden Sie uns eine e-mail und schreiben einfach **NEWSLETTER ANMELDUNG**.

Wenn Sie der Meinung sind, dass ein anderer Kollege oder eine andere Kollegin unseren Newsletter ebenfalls erhalten sollte, schreiben Sie bitte **EMPFEHLUNG NL** und die e-mail-Adresse des neuen Empfängers. Wir nehmen diese Adresse dann in unsere Newsletter-Datei auf und versenden den letzten aktuellen Newsletter. Newsletter-Versand-Adressen werden von uns ausschließlich für diese Zwecke gespeichert und enthalten keinen weiteren Personenbezug. Sie werden Dritten nicht weitergegeben.

Bilder/Grafiken: Artikel 1,2 Helmuth Koch, Artikel 3,4 DORN-Verband Schweiz, Artikel 5,8 Gesund Media, Artikel 5 Mediengruppe Oberfranken, Artikel 7 Rückgrad e.V.

Die Herstellung des Newsletters erfolgte mit der gebotenen Sorgfaltspflicht, jedoch ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für etwaige Fehler. Schadensersatz ist ausgeschlossen.

Für den Inhalt ihrer Artikel und die Bildrechte sind die jeweiligen Fremdautoren selbst zuständig. Keine Haftung für Fremdautoren.

Irrtum und Änderungen vorbehalten.

Wenn Sie unseren Newsletter nicht richtig angezeigt bekommen, klicken Sie bitte auf:

<http://www.breuss-dorn-shop.de/newsletter/breuss-dorn-newsletter-10.2014.pdf>

Für die Anzeige der Dokumente benötigen Sie den Acrobat Reader. Sollte das Programm auf Ihrem Rechner noch nicht installiert sein, so können Sie es unter <http://get.adobe.com/de/reader/> kostenfrei beziehen.

Alle bisher erschienen Newsletter finden Sie auf unsere Seite: **[Breuss-Dorn-Newsletter](#)**

MEDIADATEN

Sie wollen in unserem Newsletter auf Ihre Präsenz, Produkte, Seminare, Neuigkeiten, Bucherscheinungen, etc. aufmerksam machen?

Von der Bannereinspielung bis zu PR-Berichten besteht jede Möglichkeit. Sprechen Sie mir unserem PR-Berater. Unsere Mediadaten finden Sie unter: **[Mediadaten breuss-dorn-newsletter.pdf](#)**