TRISANA
MASSAGEFACHSCHULE

# R.E.S.E.T. TMJ® – Der dritte Workshop der RESET TMJ® Reihe

(Voraussetzung: R.E.S.E.T. 1&2)

Traumatischer Stress überfordert das Körper-Geist-System durch übermässige Stressaktivierung und senkt den Vagustonus. Wenn keine Rücksetzung und Erholung erfolgt, kann die Homöostase – das Gleichgewichtssystem des Körpers – nicht effektiv funktionieren. Dies ist die Grundlage für Burnout.

Ein dysreguliertes Nervensystem kann dazu führen, dass man nicht mehr genug Energie aufbringen kann, um den Anforderungen des Lebens gerecht zu werden. Es fällt schwer, klar über die Zukunft nachzudenken und Strategien zu entwickeln, wenn die eigene Physiologie Taubheit und Erschöpfung verursacht.

Der Vagusnerv ist häufig beteiligt bei Gesundheitsproblemen wie:

- Müdigkeit
- Schluck- oder Stimmproblemen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Darm- und Verdauungsstörungen
- Gewichtszu- oder -abnahme
- Chronischen Erkrankungen
- Angstzuständen und Depressionen
- Entzündungen (z. B. Arthritis, Morbus Crohn, Schluckauf)
- Tinnitus
- Epilepsie
- Häufigem Wasserlassen
- Unfruchtbarkeit
- Blutdruck- und Blutzuckerungleichgewichten

**Was du lernen wirst:**

- Die zentrale Bedeutung des Vagusnervs für das allgemeine Wohlbefinden
- Strategien zur Erkennung von Dysbalancen und Funktionsstörungen des Vagusnervs
- neue Korrekturpositionen zur Balance des Vagus-Systems

**Kursdatum:**
Freitag, 03. September 2027, 09:00 Uhr bis ca. 17:30 Uhr

**Kursdauer:** 7 Stunden à 60 Minuten

**Kurspreis:**
CHF 255.00 inklusive Skript und Kursausweis

**Dozentin:** Silvia Seward, diplomierte Kinesiologin