

Inhalt

FaceFormer® Therapie - Weil es hilft, wenn man es macht	5
Orientieren und Verstehen	7
Cranio-Cervikales Funktions-Modell (CCFM).....	14
CCFM-Außensystem.....	17
CCFM Binnensystem.....	19
Was sind Konstitutiv-Dominante Funktionen (CDF).....	23
Zum Verständnis der Kopfbalance bei der FaceFormer Therapie	26
Zum Verständnis der FaceFormer Atemtherapie	28
Zum Verständnis der FaceFormer Beckenbodentherapie.....	32
Lass dich motivieren!	35
FaceFormer Therapie für kleine Kinder	37
Leitfaden für Eltern und Therapeuten	42
FaceFormer® Therapie – Trainingsplan	46
FaceFormer® Training – So wird es gemacht.....	47
FaceFormer® Basis Training – Grundlagen	48
Modul 1 Grundübung	49
Modul 2 Zugübung.....	50
Modul 3 Nächtliche Anwendung.....	51
Spezielles und Erweitertes FaceFormer® Training – Anwendungen	52
Modul 4 Zugübung nach oben	54
Modul 5 Zugübung nach unten.....	55
Modul 6 Zugübung in variierte Richtungen	55
Modul 7 Atemübung	56
Modul 8 Kopf-Balance-Rotation.....	57
Modul 9 Kopf-Balance-Rotation-Atmung	58
Modul 10 Beckenboden.....	59
Modul 11 AirFlip	62
Störungen Konstitutiv Dominanter Funktionen – Diagnose	64
FaceFormer Therapie – Was vielleicht noch unklar ist	74
Empfohlener Trainingsablauf.....	83