

Stichwortverzeichnis

3D-Stretch-Massage 8, 9

A

Atmung 50

B

Bandscheiben 16
Bauchmuskeln 19
Becken 14
Beckenboden 18, 19
Beugung 12
Bewegung 93
Brustkorb 17
Brustwirbelsäule 16, 24

C

Cobb-Winkel 29

D

Dehnung 19
Drehwinkel-Atmung 32
Dreh-Winkel-Atmung 8

F

Faszien 24

H

Halswirbelsäule 16
Herz 28
Hohlkreuz 14
Hormone 28
Hüftbeine 14
Hüftbeugemuskel 19

I

Idiopathie 26
Iliosakralgelenke 14

J

Joggen 104

K

Kontraktion 19
Korsett 33
Kraniosakraltherapie 8
Kreuzbein 14
Kreuzbein-Darmbein-Gelenke 18
Kyphoskoliose 31, 88

L

Lendenwirbelsäule 14, 16, 24
Lumbalskoliose 27, 31, 32, 52, 87
Lunge 28

N

Nordic Walking 103

O

Operation 33
Osteopathie 24

R

Rechts-links-Drehung 24
Risser-Zeichen 30
Rotation 36
Rückenmuskeln 19
Rückenstrecker-muskel 19
Rumpfmuskel 19
Rumpfmuskulatur 19
Rundrücken 29

S

Schambein 19
Schlüsselbein 17
Schroth 32
Schulter 17
Schulterblatt 17, 21
Schultergelenk 17
Schultergürtel 17
Schultermuskeln 21
Schüßler-Salze 108
Schwimmen 106
Seitneigung 12
Sitzen 97
Skoliose 23
Skoliosewinkel 8, 26, 30, 31
Spiraldynamik 9, 36
Spondylarthrose 27
Sport 47, 100
Steißbein 19
Streckung 12

T

Tanz 100
Thorakalskoliose 31, 86
Thorakolumbalskoliose 31, 87
Treppensteigen 97

V

Vojta-Methode 7, 32

W

Wachstumsfuge 30
Wachstumsphase 26
Wachstumsveränderung 26
Wahrnehmung 46

Wirbelgelenk 27
Wirbelsäule 14, 16, 24

Y

Yoga 102

Z

Zwischenrippenmuskeln 19

Literaturverzeichnis

Heel, Christian: **Laufen: Rhythmus und Bewegung** – unser Körper in Schwingung, Zeitung für Physiotherapeuten Jg.56 (2004) Ausg.12

Hüter-Becker, Antje: **Das neue Denkmodell in der Physiotherapie**. Band 1, Bewegungssystem, Thieme 2006

Larsen, Christian: **Spiraldynamik: Die zwölf Grade der Freiheit**, Via nova 2007

Larsen, Christian: **Spiraldynamik: Dreidimensionale Atemtherapie**, Zeitung für Physiotherapeuten, Jg. 53 (2001) 7. Ausg.

Larsen, Christian: **Spiraldynamik: Beweglicher Brustkorb / Starke Schultern / Vitales Becken / Freie Hüften / Starke Schultern / Aufrechter Nacken / Stabiles Kreuz**, Trias 2010

Lehnert-Schroth, Christa: **Dreidimensionale Skoliose Behandlung**, Gustav Fischer 2007

Simmel, Liane: **Tanzmedizin in der Praxis**, Henschel 2009

Weiß, Hans-Rudolf: **Ich habe Skoliose**, Pflaum 2009

Weiß, Hans-Rudolf/Rigo, Manuel: **Befundgerechte Physiotherapie bei Skoliose**, Pflaum 2006