

Rolfing® oder Strukturelle Integration ist eine ganzheitliche Form der manuellen Körpertherapie, die in den 50er Jahren in den USA von Dr. Ida Rolf entwickelt wurde. Sie behandelte damit erfolgreich Stars wie Greta Garbo, Cary Grant und Marlene Dietrich.

Dr. Hans-Michael Kallina

Rolfing® – der Weg zur aufrechten Haltung



Der Ulmer Forscher hatte im vergangenen Jahr nachgewiesen, dass humane Faszien regelmäßig mit Myofibroblasten besiedelt sind. Nach bisheriger Lehrmeinung dienen Faszien einer rein passiven Kraftübertragung. Die Myofibroblasten, Glattmuskel-ähnliche Bindegewebszellen, sind bereits von der Wundheilung sowie mehreren Pathologien bekannt, die mit chronischen Gewebskontrakturen einhergehen. Sie haben die Fähigkeit, sich selbstständig zusammenzuziehen und zu entspannen.

Der Ulmer Wissenschaftler konnte nun zusätzlich aufzeigen, dass die Faszien des unteren Rückens über eine besonders hohe Dichte solcher kontraktile Zellen verfügen.



Das wesentliche Ziel des Rolfing ist die Aufrichtung des menschlichen Körpers in der Schwerkraft. Der Rolfing-Therapeut arbeitet dazu vor allem mit den Faszien.

Die Faszien umgeben und durchdringen sämtliche Strukturen des menschlichen Körpers - von Muskeln, Sehnen und Bändern bis hin zu Organen, Knochen und sogar Nerven. Mit einer filigranen und zugleich präzisen und tiefgehenden Berührung löst der Rolfing Therapeut Spannungen im Körper des Klienten. Daraus entsteht eine verbesserte Beweglichkeit und Ausrichtung der einzelnen Segmente untereinander und des gesamten Körpers in sich.



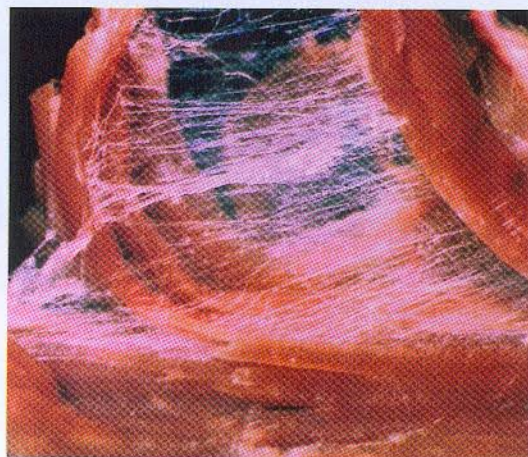
Die Verfasser:

Dr. Hans-Michael Kallina, Certified Rolfing and Rolfing Movement Practitioner, HP in Stuttgart. www.kallina.eu, 0711/284 33 33

Isabell Brand, Certified Advanced Rolfing, Rolfing Movement Practitioner, HP in München. isabell.brand@yahoo.de www.rolfing.org

Neueste Forschungen bestätigen die Rolfing-Methode

Neueste Forschungen bestätigen die Grundannahmen der Rolfing-Methode. Dr. Robert Schleip, Mitarbeiter des "Fascia Research Project", einer gemeinsamen Initiative der Universitäten Ulm und Bradford, hat festgestellt, dass sich die Fasziengewebe ähnlich wie Muskeln selbst aktiv zusammenziehen und entspannen können.



"Spezielle Kraftmessungen konnten ein aktives Zusammenziehen dieser Bindegewebschichten belegen. Vorsichtige Hochrechnungen ergaben, dass die Kräfte einen signifikanten Einfluss auf die muskuloskeletale Mechanik haben", berichten Dr. Schleip und Dr. Klingler.

Zudem sind sie reich mit Nervenrezeptoren durchsetzt. Diese Nervenrezeptoren nehmen u.a. Berührung von außen wahr.