

FASZIEN

Faszien befinden sich überall in unserem Körper und bestehen aus feinen, bindegewebs Häuten. Faszien umhüllen unsere Muskeln, trennen sie somit voneinander und sind maßgeblich für unsere Beweglichkeit, aber auch unsere Kraft verantwortlich. Faszien dienen als Durchgang für Lymphe, Nerven und Blutgefäße sowie als Puffer und Dämpfer. Durch Überlastungen, falsche Bewegungen oder auch ständigen inneren Anspannungen kommt es zu Verspannungen des Muskel- und Faszien Gewebes. Die Faszien verkleben sozusagen miteinander – es entstehen Schmerzen, Steifigkeit und wir bzw. unsere Pferde können die gewohnte Leistung nicht mehr erbringen. Hier kommt die Faszienmassage ins Spiel, die meist mit einer sogenannten Faszienrolle durchgeführt wird. Hierbei entsteht Druck auf die Muskeln und die Faszien – die Verspannungen werden „ausgerollt“. Das gesamte Gewebe wird angeregt, die gesamte Nährstoff- und Sauerstoffsituation wird verbessert und die Durchblutung angeregt. All dies braucht der Mensch bzw. das Pferd, um Verspannungen zu lösen oder vorzubeugen und die Dehnbarkeit zu verbessern.

ACHTUNG: Faszien Massagen sind sehr intensiv und können je nach Verklebungsgrad auch sehr unangenehm/schmerzhaft sein! Pferde haben sensible Punkte, die nicht gerollt werden dürfen.

Bitte deshalb NIE ohne fachmännische Erfahrung selbst am Pferd anwenden!
