

HOME PAGE SANIHELP.IT – 12 LUGLIO 2010



PRIMO ARTICOLO HOMEPAGE SEZIONE 'CURE NATURALI'

Programma x Libero Mail x Gmail - Re: Contatto da sa... x Cure Naturali x

http://www.sanihelp.it/cure_naturali/

Facebook R La Repubblica .it > Ho... Libero Mail YouTube - Broadcast ... YouTube - Marketing ... Delicious P Pubblicità Italia Home ... >> Altri Preferiti



sanihelp.it
SALUTE & BENESSERE

VASCO
EUROPE INDOOR
live in concert

RICHIEDI CARTA ATTIVA
LA CARTA DI CREDITO DI AGOS DUCATO
PUOI VINCERE 2 BIGLIETTI
PER IL VASCO EUROPE INDOOR

Agos DUCATO

Google™ Ricerca personalizzata **CERCA NEL SITO**

Publicità

BARZELLETTE | VIDEO | ENCICLOPEDIA | NEWS | SANISHOP

HOMEPAGE | SALUTE | **BENESSERE** | BELLEZZA | DIETA | SESSO E DINTORNI | FITNESS | TEST & PSICHE | MAMMA E BAMBINO | SALUTE E ANIMALI | OROSCOPO

CURE NATURALI | VIAGGI E BENESSERE | VIAGGI E SALUTE | LO SAPEVATE CHE | PIANTE MEDICINALI | LIBRI | FORUM | TUTTI GLI ARTICOLI

Cure naturali



Rolfing: mal di schiena addio in 10 sedute

Tocchi decisi e niente farmaci per risolvere mal di schiena e problemi di postura: una tecnica chiamata Rolfing e proveniente dall'America insegna come farlo.



CURE NATURALI
Un albero come rimedio antistress

Gli alberi possono trasformarsi nei nostri tutor naturali, aiutandoci ad affrontare le avversità della vita e a vivere meglio con noi stessi. Scopri l'albero che fa per te.



CURE NATURALI
Relax con l'aroma-massaggio

Il profumo delle essenze vegetali, la piacevole scivolosità dell'olio, l'effetto terapeutico del massaggio: l'aroma-massaggio unisce tutto questo per farci stare meglio.

NEWS

- L'olio di pesce riduce il rischio di tumore al seno
- Via libera alle bibite analcoliche contro afa e stress
- BPCO: in arrivo farmaco che riduce riacutizzazioni
- Diete e carenze nutrizionali
- Utilità del by-pass gastrico nell'obesità
- I flavanoli del cacao migliorano la circolazione sanguigna

TUTTE LE NEWS LE PIÙ VISTE

CityDeal
La tua città ti costa la metà



La tua città

http://altfarm.mediaplex.com/ad/ck/14848-97846-32075-0?mpt=[C...

ARTICOLO COMPLETO: <http://www.sanihelp.it/news/11099/rolfing-mal-schiena-addio-10-sedute/1.html>

La Repubblica.it - Homepage

Libero Mail

Rolfing: mal di schiena addi...

← → ↺

☆

http://www.sanihelp.it/news/11099/rolfing-mal-schiena-addio-10-sedute/1.html

▶ ↻ ⚙

Facebook

La Repubblica .it » Ho...

Libero Mail

YouTube - Broadcast ...

YouTube - Marketing ...

Delicious

Publicità Italia Home ...

Altri Preferiti











Google™ Ricerca personalizzata

CERCA NEL SITO

BARZELLETTES | VIDEO | ENCICLOPEDIA | NEWS | SANISHOP

HOMEPAGE | SALUTE | BENESSERE | BELLEZZA | DIETA | SESSO E DINTORNI | FITNESS | TEST & PSICHE | MAMMA E BAMBINO | SALUTE E ANIMALI | OROSCOPO

MALATTIE | ATLANTE | ENCICLOPEDIA | TUMORI | VIP E SALUTE | ESAMI | MINICHECK | FARMACI | INDIRIZZI UTILI | DR. ANSWER | LIBRI | FORUM | TUTTI GLI ARTICOLI

Ritrovare l'armonia del corpo per stare meglio

Rolfing: mal di schiena addio in 10 sedute

 Altri

Tocchi decisi e niente farmaci per risolvere mal di schiena e problemi di postura: una tecnica chiamata Rolfing e proveniente dall'America insegna come farlo.

Annunci Google

Eliminare pancia

Addominali scolpiti con gli esercizi di Love Handler Pro DKN. www.dknitalia.it/LoveHandler

Dolore Lombare, Sciatica?

Ginnastica Posturale - Fisioterapia Centro D'eccellenza Visita Gratuita www.fisiopoint.net/lombalgia



© Sxc

Sanihelp.it - Migliorare il proprio benessere e guarire da problemi strutturali come mal di schiena e dolori cervicali, ritrovando, in poche sedute, il proprio equilibrio psicofisico: sono questi gli obiettivi del **Rolfing**, un metodo di lavoro corporeo scoperto dalla dottoressa Ida Rolf negli anni '40 e, dal 1990,

NEWS

- L'olio di pesce riduce il rischio di tumore al seno
- Via libera alle bibite analcoliche contro afa e stress
- BPCO: in arrivo farmaco che riduce riacutizzazione
- Diete e carenze nutrizionali
- Utilità del by-pass gastrico nell'obesità
- I flavanoli del cacao migliorano la circolazione sanguigna

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

SERVIZIO IN ABBONAMENTO

SCOPRI SUBITO SE HAI VINTO

RICARICA 100€



Tokito SERVIZIO



benessere e guarire da problemi strutturali come mal di schiena e dolori cervicali, ritrovando, in poche sedute, il proprio equilibrio psicofisico: sono questi gli obiettivi del **Roling**, un metodo di lavoro corporeo scoperto dalla dottoressa Ida Rolf negli anni '40 e, dal 1990, approvato anche in Italia.

Questa tecnica, nata con il nome di **Integrazione Strutturale**, si basa

sulla visione olistica (globale) dell'essere umano, che esprime armonia nella sua postura e nel movimento. Applicando un tocco sensibile e deciso, il Rolfer aiuta a liberare il corpo da restrizioni nel tessuto connettivo e consente alla struttura corporea di **allinearsi** nel campo della gravità. La metodica, infatti, non tratta i sintomi localmente, ma si rivolge all'intero individuo, il quale si manifesta nella forma interna (struttura) e nel movimento (funzione).

Per il Roling è quindi indispensabile **armonizzare la struttura e i suoi movimenti** con la forza di gravità: è questo che rende lo strumento unico, basato sulla concezione che il corpo non sia composto da singole parti, ma un'unità. Per questo prevede che l'intervento sia globale, e non limitato a specifici distretti corporei. Ciò si ottiene attraverso l'azione sulle fasce (attraverso diverse forme di tocco), la rieducazione delle proprie percezioni e la ricerca di armonia nel movimento.

[CONTINUA](#)

Vota:



Voto medio: 3.33 stelle

Pagina 1 di 4

Vai a pagina:



Pubblicità

GLI ARGOMENTI DELLA SETTIMANA

SALUTE

Un nuovo marcatore tumorale precoce
Tunnel carpale per Julianne Moore
Malattia: Tumore del cervello

BENESSERE

Roling: mal di schiena addio in 10 sedute
Pomodori anche in poco spazio

DIETA

Il caffè contro il tumore
Dieta: La dieta Consapevole

SESSO E DINTORNI

Un libro per parlare di eiaculazione precoce

FITNESS

Piedi sani con il pilates
Fascino e arti marziali

BELLEZZA

Annunci Google
Patologie Osteoarticolari

Benessere Sistema Osteo Articolare Zinaxin da 16.50 € - Compra Online L www.NamedOnline.it

MALATTIE | ATLANTE | ENCICLOPEDIA | TUMORI | VIP E SALUTE | ESAMI | MINICHECK | FARMACI | INDIRIZZI UTILI | DR. ANSWER | LIBRI | FORUM | TUTTI GLI ARTICOLI

Ritrovare l'armonia del corpo per stare meglio

Roling: mal di schiena addio in 10 sedute

Altri

Tocchi decisi e niente farmaci per risolvere mal di schiena e problemi di postura: una tecnica chiamata Roling e proveniente dall'America insegna come farlo.

Annunci Google

Eliminare pancia

Addominali scolpiti con gli esercizi di Love Handler Pro DKN. www.dknitalia.it/LoveHandler

Benjamin Simmons III

Energia allo stato puro Il bello di stare bene www.33doctor.com

pagina 2

I benefici sono: una maggiore facilità di movimento e di libertà articolare, il delinearsi di una struttura più eretta e aggraziata, ma soprattutto un'esperienza di **maggiore sicurezza emotiva**, che si riflette nei rapporti con l'ambiente circostante. Un corpo correttamente bilanciato può manifestare **maggiore stabilità e prontezza** nel rispondere ai diversi stimoli esterni.

A volte, anche se oggi è più dolce rispetto al passato, la tecnica può risultare dolorosa: in questo caso potrebbe essere il segnale che la zona che si sta toccando presenta tensioni, rigidità e durezza che vanno trattate. **Superare il dolore** è una fase importante del Roling, che si ottiene usando il respiro e il movimento.

Questa disciplina **si rivolge a tutti**: a chi soffre di risentimenti a carico della colonna vertebrale, di **affezioni artrosiche** o di problemi legati al corretto mantenimento della postura eretta, a chi vuole migliorare le proprie performance atletiche, la propria flessibilità, a chi vuole *sentire* di più il proprio corpo, viverne meglio le emozioni o ritardarne i processi di invecchiamento.

CONTINUA

<http://ncbfarm.com/engine/click.ex?cid=971&mid=2414&gid=14&id...>

NEWS

- L'olio di pesce riduce il rischio di tumore al seno
- Via libera alle bibite analcoliche contro afa e stress
- BPCO: in arrivo farmaco che riduce riacutizzazione
- Diete e carenze nutrizionali
- Utilità del by-pass gastrico nell'obesità
- I flavanoli del cacao migliorano la circolazione sanguigna

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

Risparmia fino a
500 € su RC Auto

Confronta 18 assicurazioni

Marca



Modello



Allestimento



Confronta preventivi ▶



Pubblicità

GLI ARGOMENTI DELLA SETTIMANA

SALUTE

Un nuovo marcatore tumorale precoce

Tunnel carnale per Julianne Moore

Tocchi decisi e niente farmaci per risolvere mal di schiena e problemi di postura: una tecnica chiamata Rolfing e proveniente dall'America insegna come farlo.

Dolore Lombare, Sciatica?

Ginnastica Posturale - Fisioterapia Centro D'eccellenza Visita Gratuita www.fisiopoint.net/lombalgia

Bevi come Devi? Scopri se bevi abbastanza acqua durante il giorno www.nestle-vera.it

Le persone si rivolgono al Rolfing per motivi diversi: alleviare croniche tensioni fisiche, migliorare la postura, o per motivi professionali, come nel caso di ballerini o atleti. La spinta principale che spinge a ricorrere a questa tecnica è **il dolore**.

Per beneficiare degli effetti del Rolfing è sufficiente **una serie di dieci sedute personalizzate**, dopo le quali i risultati continueranno a manifestarsi nel tempo. Generalmente sono consigliate una o due sedute l'anno di mantenimento, qualcuna in più in caso di traumi, grandi stress o malattie debilitanti.

CONTINUA

Pagina 3 di 4

Vai a pagina:

1 2 3 4

- L'olio di pesce riduce il rischio di tumore al seno
- Via libera alle bibite analcoliche contro afa e stress
- BPCO: in arrivo farmaco che riduce riacutizzazione
- Diete e carenze nutrizionali
- Utilità del by-pass gastrico nell'obesità
- I flavanoli del cacao migliorano la circolazione sanguigna

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

5,90%
con un tan del 5,90%
e un taeg del 11,65%



Pubblicità