

Pressemitteilung BoxID: 629327 (BOWTECH Deutschland e.V.)

**BOWTECH Deutschland e.V.**

Klostergasse 20b  
D 63694 Limeshain  
[www.bowtech.de](http://www.bowtech.de)

**Ansprechpartner:**

Regina Fischer  
+49 (6048) 44699-87  
[1.vorsitzender@bowtech-verein.de](mailto:1.vorsitzender@bowtech-verein.de)

## **Moderne Forschung bestätigt Bowen Technik**

**Forscher Dr. Robert Schleip würdigt Bowtech-Erfinder Tom Bowen als einen Pionier in der Faszienarbeit / Faszien-Netzwerk ein zentraler Faktor für Bewegungsfähigkeit und Gesundheit**



Faszienforscher Dr. Robert Schleip (Foto: fascialfitness.com)

(lifepr) (Limeshain, 14.12.2016) **Es passiert nicht alle Tage, dass ein Forscher einen Vortrag hält und dann seine Erkenntnisse mit den Zuhörern in die Tat umsetzt. Dr. Robert Schleip gelingt dies scheinbar mühelos. Anfang Dezember hielt der international bekannte Forscher vor über 100 Besuchern einen Vortrag zum Thema „Faszien als Sinnesorgan“ und vertiefte das Thema anschließend in einem Workshop mit Übungen. Rund die Hälfte der Teilnehmer waren Mitglieder des BOWTECH Deutschland e. V., der Dr. Schleip als Gastreferent eingeladen hatte in das beschauliche Weyerbusch im Westerwald.**

Aufgrund der Fitnesswelle sind Faszien mittlerweile zu einem bekannten Begriff geworden. Ein Begriff, den man eigentlich nur bildlich und praktisch erklären kann. Denn die Faszien sind ein Gewebe-Netzwerk, das zwischen den einzelnen Muskelfasern und unter der Haut verläuft. Dieses Faszien-Netzwerk gibt dem Körper Struktur und sorgt dafür, dass unser Bewegungsapparat über die nötige Spannung verfügt. Diese Bedeutung der Faszien für unsere Gesundheit beschreibt Schleip so: Sind die Faszien verklebt, kommt es zu Schmerzen, Bewegungseinschränkungen und gesundheitlichen Störungen. Sind sie jedoch elastisch und federnd, ist der Körper geschmeidig und im Einklang.

Man habe aber – so Schleip – schon viel früher erkannt, wie wichtig das umfassende Faszien-

Netzwerk für unsere Gesundheit ist: „So gab es im vorangegangenen 20. Jahrhundert einige Pioniere in der Faszienarbeit, die unabhängig voneinander diese Körperstrukturen entdeckten und mit diesen zu arbeiten begannen.“ Hierzu zählt Schleip vor allem Ida Rolf und Tom Bowen. Während die Rolfing Anwendungen stark in die Tiefe gingen und auch schon mal ein "blauer Fleck" entstehen könne, habe man inzwischen erkannt, dass die sanfte Bowen Methode im Faszienewebe durch ihre charakteristische Grifftechnik wirke.

Dank der wissenschaftlichen Forschung und Erkenntnisse könne man nun Bowtech und seine Wirkungsweise erklären. Die Anwender der Original Bowen Technik arbeiten mit sehr sanften Grifffolgen über Muskeln, Bänder, Sehnen, Gelenke, Nerven und Faszien. Dort befinden sich nämlich die meisten Nervenendungen, die die Impulse der Griffe weitergeben. Durch die BOWTECH-Anwendung wird das Zellgedächtnis der Faszien aktiviert.

Von der wissenschaftlichen Erklärung ging Schleip dann zur Tat über. In einem Workshop vermittelte er Übungen, mit denen jeder Faszienstrukturen lockern kann, betonte aber auch, beim Faszientraining komme es auf die richtige Mischung an. Längeres Sitzen sei übrigens Gift für die Faszien, weil sie dann verkleben und dehydrieren. Wie die Vereinsvorsitzende Regina Fischer erklärt, sei dies für Bowtech-Anwender nichts Neues: „Nach jeder Bowen-Anwendung soll sich der Klient locker bewegen und ausreichend trinken.“