

## Een afspraak maken?

Wanneer u contact hebt opgenomen met een Rolfer™, zal eerst de aandacht naar uw hulpvraag gaan. Daarna volgt een gesprek hoe Rolfin® SI u zou kunnen helpen in uw specifieke situatie. Een reeks van drie of meer sessies kan worden voorgesteld.

De behandelingen duren meestal 60 tot 90 minuten, en vinden 1 tot 3 weken van elkaar plaats. Een traditionele Rolfin® SI serie bestaat uit tien sessies. Elke sessie is uniek en bouwt voort op de resultaten van de voorafgaande behandeling.

Sessies bestaan uit een analyse van het lichaam, manuele behandeling en bewegingsonderzoek. Het bewust verkennen van dagelijkse bewegingen zoals ademen, staan, zitten en lopen kunnen beperkende bewegingspatronen, pijn en spanningen verhelpen.

*"Toen een handletsel een einde maakte aan zijn carrière als concertpianist, sloeg Fleisher een andere muzikale weg in. Dertig jaar later kwam hij onverwacht weer terug. De resultaten waren opmerkelijk."*

*Het verhaal van Leon Fleisher, en de rol die Rolfin® daarin speelde, worden verteld in de documentaire 'Two Hands, The Leon Fleisher Story' (2004)*

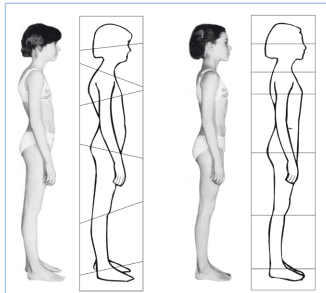
## Het verdiepen van uw ervaring

Afspraken voor vervolgessies kunnen worden gemaakt bij terugkerende letsels of aanhoudende condities die veel baat hebben bij het volgen van periodieke sessies. Ook om hogere niveaus van lichaamsbewustzijn, ordening en groei te ervaren, waardoor het lichaam als geheel optimaler gaat functioneren.

*"De eerste tien sessies hebben mijn rugpijn opgelost."*

*Willie Nelson,  
songschrijver & artiest*

Rolf Movement™ Integration sessies zijn een ander alternatief voor het verbeteren van sportieve prestaties en het stimuleren van herstel na een ongeval, operatie of RSI klachten.



*Door aan de structuur van het lichaam te werken, zowel aan de oppervlakte als op diepere niveaus, wordt de organisatie van het lichaam veranderd. Het wordt beweeglijker, flexibeler, en is beter in staat zichzelf in balans te brengen.*

## Wie is bevoegd om Rolfer™ te zijn?

Uw Rolfer is opgeleid en afgestudeerd aan de European Rolfin® Association, die training, certificatie en vervolgonderwijs verzorgt in samenwerking met de Rolfin® Institute of Structural Integration, gesticht door Dr. Rolf in 1971 (gevestigd in Boulder, Colorado, VS).

De inhoud en omvang van het Rolfin® certificatieprogramma garandeert cliënten dat gecertificeerde Rolfers goed opgeleide professionals zijn, die de kennis, gevoeligheid en vakkundigheid bezitten om aan de individuele hulpvraag van cliënten tegemoet te komen.

*"Sporters hebben hulp nodig met chronische blessures, spierpijn en overbelasting. Rolfin® is waardevol voor sporters tot op het hoogste niveau om littekenweefsel en ontregeld bindweefsel te behandelen, die ontstaan door training, competitie en blessure."*

*Dr. Karlis Ullis, Sports  
Medicine and Anti-Aging  
Medical Group, Santa Monica*

## Wetenschappelijk onderzoek

De nieuwste wetenschappelijke inzichten hebben aangetoond dat Rolfin® SI efficiënt de structuur, houding, coördinatie en beweging blijvend kan veranderen.

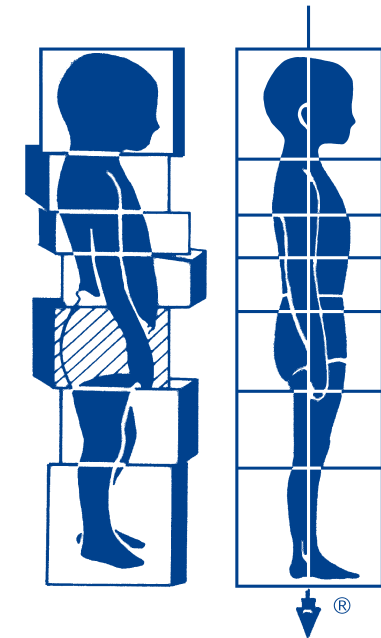
Voor meer informatie bezoekt u:  
[www.fasciaresearch.com](http://www.fasciaresearch.com)  
[www.fasciacongress.com](http://www.fasciacongress.com)

## Waar vind ik meer informatie?

Als u interesse heeft om meer over Rolfin® te weten, het vinden van een Rolfer of het Rolfin® certificatieprogramma, dan kunt u onze website bezoeken [www.rolfin®.nl](http://www.rolfin®.nl) of de Europese website [www.rolfin®.org](http://www.rolfin®.org).

Voor verdere vragen of om een afspraak te maken, kunt u contact opnemen met uw Rolfer:

 **ROLFIN®**  
Structural Integration



## Welkom bij Rolfin® SI.

## Het lichaam in balans



ROLFIN® NEDERLAND  
Apeldoorn, Nederland

Telefoon: +31 (0)55 356 20 28  
Email: [contact@rolfin.nl](mailto:contact@rolfin.nl)  
Website: [www.rolfin.nl](http://www.rolfin.nl)

ROLFIN® NEDERLAND

## Wenst U een groter gevoel van welzijn en vitaliteit?

Rolfing® Structural Integration kan de structuur van uw lichaam, uw houding en bewegingsvrijheid sterk verbeteren. Door een bijzondere combinatie van manuele therapie en bewegingseducatie kunnen opgebouwde spanningen en pijn opgeheven worden.

Rolfing® SI helpt:

- Mensen van alle leeftijden met een geschiedenis van pijn en ongemak – bij blijvende en terugkerende klachten ten gevolge van ziekte, medische ingrepen, ongelukken en trauma's
- Professionals die klachten ontwikkelen door repetitieve of spannende bewegingen tijdens het werk
- Mensen die chronische lichamelijke klachten willen verlichten bij het verouderingsproces en ieder die meer mobiliteit en bewegingsvrijheid wil ervaren
- Sporters, dansers, musici, beoefenaars van yoga en iedereen die zijn lichamelijke prestatie wil verbeteren



## Rolfing® SI verhoogt de kwaliteit van het leven

*"Er is een hele belangrijke reden om Rolfing serieus te nemen: het werkt. Het verandert niet alleen het lichaam drastisch, maar het transformeert ook levens. Rolfing is powerful stuff."*

*Larry Dossey, schrijver van meerdere bestsellers en voormalig directeur van het Amerikaanse National Institute of Health, Panel on Mind-Body Health.*



*"We willen het gehele potentieel van de mens aanspreken ... om een grotere lichamelijke en geestelijke vitaliteit tot stand te brengen."*

*Dr. Ida P. Rolf, stichter van Rolf Institute® of Structural Integration.*

Rolfing® SI hanteert duidelijke principes om systematisch en consequent het lichaam optimaal vorm te geven: in harmonie met zichzelf, efficiënt georganiseerd ten opzichte van de zwaartekracht en in balans met de omgeving.

Rolfers™ werken met de zachte weefsels van het lichaam, en specifiek met fascia: een bijzonder bindweefsel dat rond spieren, botten en gewrichten ligt. Dit geeft ondersteuning en vorm aan het lichaam. Door de hoge concentratie van zenuwen is het een van de belangrijkste sleutels tot waarneming, houding, coördinatie en beweging.

Een Rolfer gebruikt een bijzondere vorm van manipulatie en behandelt het hele lichaam op een precieze manier waarbij de cliënt ook actief wordt betrokken door middel van beweging en overleg.

Samen werken Rolfer en cliënt naar nieuwe houdings- en bewegingspatronen, waarbij pijn en ongemak plaats maken voor rust, kracht en elegantie.

*"Wat zo goed is aan Rolfing, is dat het het hele lichaam integreert." Rolfers begrijpen lichaamsbeweging en de complexe verbanden tussen spieren, botten en gewrichten."*

*John Rembao, coach aan de University of Texas en trainer van Olympisch sporter Erin Aldrich*



## Heeft U beperkt resultaat gehad bij het verhelpen van pijn en ongemakken?

Rolfing® SI richt zich tot de onderliggende oorzaken van verschillende symptomen zoals pijn, een slechte lichaamshouding en bewegingsbeperkingen.

Het werkt omdat het structurele veranderingen in het hele lichaam initieert en het algehele herstel bevordert. Het eigen aanpassingsvermogen van het lichaam krijgt meer ruimte om zichzelf weer op orde te brengen en een sterkere eenheid te vormen. Een slechte houding en beperkingen in de bewegingsvrijheid kunnen plaatsmaken voor een ontspannen en krachtiger lichaam, met een sterke basis voor duurzame resultaten.

Als het lichaam op een fysiek hoger niveau gaat functioneren, verandert ook de waarneming. Dit kan stress en angstgevoelens doen verminderen en ook meer zelfvertrouwen en emotionele persoonlijke groei bevorderen.



*Rolfing SI kan de lichamelijke en psychologische ontwikkeling bij kinderen sterk bevorderen.*

*"Ik stuur allerlei patiënten naar een gecertificeerde Rolfer. Mensen met schouder- of elleboogklachten, met lichte- of elleboogklachten, met littekenweefsel door letsels of operaties, met chronische hamstringklachten, onderrug- en nekvervelproblemen. Mensen die chronische klachten hadden en nergens anders bij gebaat waren. Ze kunnen allemaal geholpen worden met Rolfing."*

*Dr. Jim Montgomery, Orthopedisch chirurg*

