KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Nackenverspannungen behandeln

Do 12.11.2026, 19.00 Uhr

Wer kennt das nicht? Dieses Ziehen im Genick nach dem Aufwachen oder diese Knubbel in der Schulter, die bei Stress immer wieder auftreten. Ursachen sind unter anderem Computerarbeit, Handynutzung und Stress im Umfeld. Im Vortrag werden die Ursachen beschrieben, die Verbindung zu den Faszien und Faszienverklebungen erläutert und Maßnahmen vorgestellt, die dagegen helfen.

Ort
Pfarrheim St. Nikolaus, Kirchweg 6, 94505 Edenstetten

Referent
Dr. med. Erwin Brucker

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-09-22 13:02:09

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de