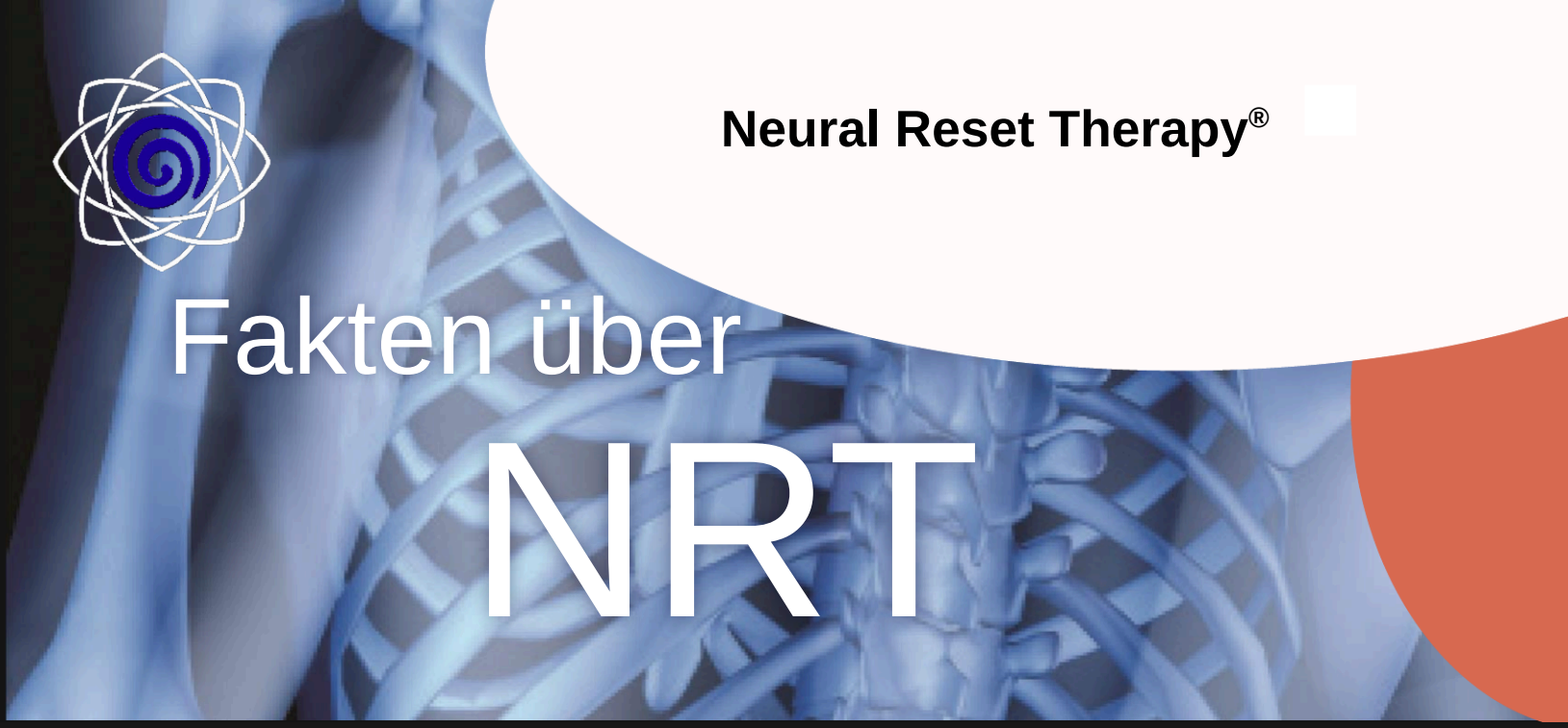


Neural Reset Therapy®

Fakten über NRT

Was NRT nicht ist	2
Wie wirkt NRT?	2
Kann NRT mir helfen?	2
Wie lange hält die Wirkung an?	2
NRT und Lebensqualität	2–3
Workshops	
• Upper Body	4–5
• Lower Body	6–7
• Advanced	8–9
Häufig gestellte Fragen	10–12
Trainingsinformationen	13
Die Fünf Vereinbarungen	14
Vorbereitung auf die Trainings	15–17
Zertifizierung	Rückseite



Fakten über NRT

Was NRT nicht ist

Worin unterscheidet sich NRT von herkömmlicher Massage, Physiotherapie oder Chiropraktik?

- Keine Massage der Muskeln
- Kein tiefer Druck nötig
- Keine Lotionen oder Cremes
- Keine Bauchlage nötig
- Behandlung in voller Kleidung
- Kein Dehnen
- Der Muskel, der zurückgesetzt wird, muss nicht berührt werden
- Kann von der gegenüberliegenden Körperseite aus erfolgen
- Keine Gelenkmanipulationen
- Keine mechanischen, elektrischen oder elektronischen Geräte nötig
- Keine Nadeln
- Keine Medikamente oder sonstigen Substanzen

Wie wirkt NRT?

Im Körper befinden sich spezialisierte Nervenstrukturen, die Mechanorezeptoren. Sie reagieren auf Druck, Geschwindigkeit, Vibration, Dehnung und andere Kräfte. Bei einer Veränderung wird ein Signal an das Rückenmark und anschließend an das Gehirn gesendet.

Bei NRT stimuliert der Therapeut kurz die Rezeptoren in einem ausgewählten Muskel, indem er um eine bestimmte Haltung oder Bewegung bittet oder so auf einen Muskel klopft, dass die Rezeptoren ein spezifisches Signal an das Rückenmark senden.

Dieses Signal durchläuft das Integrationszentrum im Rückenmark, wodurch das Nervensystem zurückgesetzt und der Muskel neurologisch optimiert wird. Nach der Methode verschwinden Schmerz und Spannung innerhalb von Sekunden.

Kann NRT mir helfen?

Laut der ursprünglichen Broschüre werden häufig Verbesserungen berichtet bei:

- Nacken- und Rückenschmerzen
- Muskelkrämpfen
- Kopfschmerzen, vor allem Spannungskopfschmerzen
- Kiefergelenkbeschwerden
- Tennis- und Golferellenbogen
- Karpaltunnelsyndrom
- Schmerzen der Rotatorenmanschette
- Schmerzen unbekannter Ursache
- Anhaltende Schmerzen nach einem Trauma
- Hüftschmerzen

In jeder Sitzung untersucht der Therapeut die schmerzhaften und verspannten Bereiche. Dysfunktionale Muskeln werden zurückgesetzt, und alle behandelten Bereiche werden erneut überprüft.

Wie lange hält die Wirkung von NRT an?

Weil NRT schnell wirkt, fragen Menschen oft, wie lange das Ergebnis anhält. Die Broschüre gibt an, dass die Wirkung mindestens mit traditioneller neuromuskulärer Massage, Tiefengewebsmassage, Myofascial Release und Active Isolated Stretching vergleichbar ist. Therapeuten und Klienten berichten mitunter von länger anhaltenden und tiefgreifenderen Ergebnissen, auch bei chronischen Beschwerden.

NRT bringt die Muskeln nach der Methode in einen optimaleren Zustand. Lebensstilentscheidungen können beeinflussen, wie lange das Ergebnis anhält. Gesündere Entscheidungen können die Zeit bis zum nächsten Reset verlängern. Auch bei ungünstigen Faktoren kann NRT laut der Broschüre zur Lebensqualität beitragen.



Faktoren, die eine Rolle spielen können

1. **Chronische Überlastung**
   - Training bis zur Ermüdung
   - wiederholte Belastung
   - zu schneller Trainingsaufbau
2. **Chronische Unterforderung**
   - wenig oder keine Bewegung
   - lange Bettruhe nach Krankheit oder Operation
   - langes Sitzen
3. **Ungünstige Haltungsgewohnheiten**
   - Kopf nach vorn geschoben
   - zusammengesunkenes Sitzen
   - Stehen auf einem Bein
   - Abstützen auf einem Arm oder Ellenbogen
4. **Flüssigkeitsmangel und/oder niedriger Blutzucker**
   Muskeln brauchen Wasser und Energie.
5. **Schlechte Schlafqualität**
   - geringere Produktion von Wachstumshormon
   - unzureichende Muskelregeneration
6. **Nährstoffmängel**
   Die Broschüre nennt Mängel an Zink, Eisen, B-Vitaminen, Magnesium, Kalzium, Vitamin C und E, essenziellen Fettsäuren, Ballaststoffen, Chrom und Vitamin D.
7. **Hormonelle Ungleichgewichte oder Mängel**
   - Hypothyreose
   - Hyperthyreose
   - Diabetes
   - Östrogen und Testosteron
   - Cortisol
8. **Unverarbeitete psychische Probleme**
   - Angst
   - Depression
   - Wut
9. **Medizinische Umstände**
   - neurologische Erkrankungen
   - Alkohol- und Drogenabhängigkeit
   - kürzliche Infektion
   - Allergien
   - Medikamente
   - Schwangerschaft
   - Adipositas
   - Krebs
   - Arthritis
   - Chronisches Erschöpfungssyndrom/Fibromyalgie
   - Radikulopathie
10. **Mangelndes Dehnen**
    Sind wir die einzige Tierart, die sich nicht regelmäßig streckt?
11. **Strukturelle Ungleichgewichte**
    - Beinlängendifferenz
    - kleine Beckenhälfte
    - langer zweiter Mittelfußknochen (Morton-Fuß)
    - Skoliose
    - kurze obere Extremitäten
12. **Schlaffe Bänder**



Upper Body Workshop

Stellen Sie sich vor, Sie könnten alle Triggerpunkte, verspannten Muskelstränge und Knötchen im Oberkörper in kürzerer Zeit behandeln, als Sie heute allein für den oberen Trapezius, den Levator scapulae und den Bereich zwischen den Schulterblättern brauchen. Ohne Massage oder Dehnen.

NRT lehrt Sie, das Nervensystem zu nutzen, um Muskeln zu entspannen. Sie lernen, neurologische und physiologische Gesetzmäßigkeiten anzuwenden, um Schmerzen und Spannungen in dysfunktionalem Muskelgewebe schnell zu verringern.

Treten Sie ins 21. Jahrhundert ein – mit einer manuellen Therapie, die schnelle, zuverlässige Ergebnisse anstrebt und den Körper des Therapeuten weniger belastet.

Unterrichtsmaterial

Jeder Teilnehmer erhält ein 104-seitiges Handbuch mit ausführlichen Informationen und deutlichen Fotos. Eine reich bebilderte PowerPoint-Präsentation behandelt Anatomie und Theorie.

Unterrichtsmethoden

Der Oberkörper ist in 20 Zonen eingeteilt. Für jede Zone gibt es eine Liste möglicher Resets, geordnet nach Wahrscheinlichkeit. Anatomie wird visuell und durch Palpation vermittelt. Der Dozent demonstriert die Techniken, anschließend üben die Teilnehmer unter persönlicher Anleitung.

Kursinhalte

1. Entstehung und Entwicklung von NRT: die sechs Erkenntnisse, die diese Methode zu einem wirkungsvollen Werkzeug gemacht haben.
2. Verstehen, wie NRT wirkt: Einblick in die Bedeutung der Mechanorezeptoren in der manuellen Therapie.
3. Kontraindikationen.
4. Aktuelle Informationen über Triggerpunkte, verspannte Muskelstränge und Knötchen.
5. Optimales Palpieren bei NRT, mit Praxisübungen.
6. Die Bedeutung der Kommunikation mit Klienten. NRT betont die aktive Beteiligung am Heilungsprozess.
7. Die sechs Anwendungsmethoden und Tweaking zum zuverlässigen Zurücksetzen des Muskeltonus, mit Praxisübungen.
8. Richtlinien für optimale Ergebnisse: ein vollständiger Satz von Anweisungen für den Therapeuten.



Fortsetzung Kursinhalte Upper Body

9. Die Zonen: Der Oberkörper ist in einzelne Zonen eingeteilt, sodass der Therapeut leicht erkennt, welche Techniken anzuwenden sind. Sie dienen auch als Checkliste für eine gründliche Behandlung.
10. Die Muskeln: behandelt in Theorie und Praxis.
11. Die Techniken: 31 Techniken für das Live-Training. Sie lernen, Muskelschmerzen und Spannungen in Nacken, Kieferbereich, Armen sowie an Vorder- und Rückseite des Rumpfes ab Th12 aufwärts zu behandeln.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, um die persönliche Betreuung durch den Dozenten zu maximieren. Melden Sie sich an und bringen Sie Ihre Praxis auf ein höheres Niveau!

Wichtig: Die obigen Informationen betreffen das Live-Modul Upper Body. Informationen zum Home-Study-Modul finden Sie unter „Trainingsinformationen“.



Lower Body Workshop

Verbringen Sie viel Zeit und Energie mit verspannten Hamstrings und IT-Bändern? Könnten Sie diese in ein bis zwei Minuten gründlich behandeln? Tun Ihnen die Hände weh, nachdem Sie Triggerpunkte, verspannte Muskelstränge und Knötchen in der Gesäßmuskulatur behandelt haben? Ginge das auch ohne Massage oder Dehnen?

NRT lehrt Sie, das Nervensystem zu nutzen, um Muskeln zu entspannen. Sie lernen, neurologische und physiologische Gesetzmäßigkeiten anzuwenden, um Schmerzen und Spannungen in dysfunktionalem Muskelgewebe schnell zu verringern.

Treten Sie ins 21. Jahrhundert ein – mit einer manuellen Therapie, die schnelle und zuverlässige Ergebnisse anstrebt und den Therapeuten weniger belastet.

Unterrichtsmaterial

Jeder Teilnehmer erhält ein 93-seitiges Handbuch mit ausführlichen Informationen und deutlichen Fotos. Eine bebilderte PowerPoint-Präsentation behandelt Anatomie und Theorie.

Unterrichtsmethoden

Der Unterkörper ist in 15 Zonen eingeteilt, jede mit einer Liste möglicher Resets, geordnet nach Wahrscheinlichkeit. Anatomie wird visuell und durch Palpation vermittelt. Der Dozent demonstriert die Techniken, anschließend üben die Teilnehmer unter persönlicher Anleitung.

Kursinhalte

1. Entstehung und Entwicklung von NRT und die sechs wichtigen Erkenntnisse.
2. Verstehen, wie NRT wirkt: Einblick in die Mechanorezeptoren in der manuellen Therapie.
3. Kontraindikationen.
4. Aktuelle Informationen über Triggerpunkte, verspannte Muskelstränge und Knötchen.
5. Optimales Palpieren bei NRT, mit Praxisübungen.
6. Kommunikation mit Klienten und deren aktive Beteiligung am Heilungsprozess.
7. Die sechs Anwendungsmethoden und Tweaking zum zuverlässigen Zurücksetzen des Muskeltonus, mit Praxisübungen.



Fortsetzung Kursinhalte Lower Body

8. Richtlinien für optimale Ergebnisse: ein vollständiger Satz von Anweisungen für den Therapeuten.
9. Die Zonen: Der Unterkörper ist in einzelne Zonen eingeteilt, sodass der Therapeut leicht erkennt, welche Techniken anzuwenden sind. Sie dienen auch als Checkliste für eine gründliche Behandlung.
10. Die Muskeln: behandelt in Theorie und Praxis.
11. Die Techniken: 28 Techniken für das Live-Training. Sie lernen, Muskelschmerzen und Spannungen in Oberschenkeln, Psoas, Waden, Hüften, Gesäßmuskulatur, unterem Rücken und Bauchmuskulatur zu behandeln.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, um die persönliche Betreuung durch den Dozenten zu maximieren. Melden Sie sich an und bringen Sie Ihre Praxis auf ein höheres Niveau!

Wichtig: Die obigen Informationen betreffen das Live-Modul Lower Body. Informationen zum Home-Study-Modul finden Sie unter „Trainingsinformationen“.



Advanced Workshop

Schließen Sie Ihre Ausbildung in Neural Reset Therapy® ab! Dieser Workshop vertieft Ihre Fähigkeiten als NRT-Therapeut.

Den Erfolg des Resets maximieren

Zwölf verschiedene Wege, einen Reset zu erreichen, auch bei schwierigen Klienten. Vertiefung des Twin Reset und Einführung eines neuen Tweaks.

Zwei neue Anwendungsmethoden

Zusätzlich zu den sechs Basismethoden lernen Sie zwei neue, einfachere Wege, einen Reset einzuleiten.

Mehr als Muskeln

Anwendung von NRT auf Triggerpunkte in Haut, Sehnen, Bändern und Periost, auch bei lang anhaltenden Schmerzen.

Organe und NRT

Die ursprüngliche Broschüre beschreibt spezifische Anwendungen mit Blick auf Organfunktionen, darunter Sehen, Hören, Leber und Herz, gestützt auf von den Autoren genannte russische und deutsche Forschung.

Sportspezifische Resets

NRT auf Sportler abstimmen, unter anderem bei Tennis, Schwimmen, Basketball, Baseball und Dance-Aerobic, auch wenn die Basistechniken nicht ausreichen.

Der NRT Universal Reset

Gehen Sie über einzelne Techniken hinaus und wenden Sie NRT ganzheitlich an.

Weitere Muskeln

23 zusätzliche Muskelgruppen mit den zugehörigen Resets.

Erweiterte, überarbeitete und neue Techniken

16 neue, einfachere oder vollständigere Ansätze für Muskeln aus den Grundkursen.

Eigene Resets entwickeln

Ein schrittweiser Prozess, mit acht zusätzlichen Muskeln.

Jenseits des Integrationszentrums im Rückenmark

Die höheren Integrationszentren im Gehirn und der von der Methode beschriebene Zusammenhang mit Emotionen und Organfunktionen.



The Miraculous Sequence

Lernen Sie, eine vollständige NRT-Sitzung ohne Behandlungsliege durchzuführen, zum Beispiel in einer Umkleidekabine, einem Flughafenterminal oder am Spielfeldrand. Mehr als zwanzig neue Techniken werden vorgestellt. Auch wenn eine Behandlungsliege vorhanden ist, kann diese Sequenz attraktiv sein, weil sie wenig Kraftaufwand erfordert.

Advanced Body Maps und empfohlene Abfolgen

Wie in den Basishandbüchern unterstützen diese Karten und Schemata Ihr Studium und Ihre Anwendung von NRT.

Workshop-Informationen

Das Advanced-Training dauert drei Tage, von 9:00 bis 17:30 Uhr, am letzten Tag bis 17:00 Uhr. Die NCBTMB hat 22 Fortbildungsstunden anerkannt.

Für Teilnehmer steht ein Advanced-Home-Study-Modul zur Verfügung, mit einem 126-seitigen PDF-Handbuch und Online-Videos. Es ist für 25 Fortbildungsstunden anerkannt. Eine optionale Prüfung steht allen offen, die die Stunden erhalten oder eine Zertifizierung anstreben.

The Everything Reset Sequence

Sie lernen, 321 Muskeln (160 Paare plus das Zwerchfell) in einer schnellen Abfolge zurückzusetzen, ohne Drücken, Ziehen oder Klopfen durch den Therapeuten. Der Klient sitzt und liegt dabei auf einer Behandlungsliege. Die Abfolge ist für Klienten unterschiedlichster Statur gedacht.



Häufig gestellte Fragen

1. Wann kommen Sie in meine Region?

Ein zertifizierter Dozent kommt gern in Ihre Region. Da es keine Fördermittel gibt, sind die Mittel für die Suche nach Veranstaltungsorten und Teilnehmern begrenzt. Wenn Sie einen geeigneten, bezahlbaren Ort finden und 12 bis 17 Teilnehmer anmelden (je nach Anreiseweg), können Sie laut der ursprünglichen Regelung kostenlos am Live-Training teilnehmen.

Außerdem werden Anfragen über die Website und Facebook gesammelt. Bei ausreichendem Interesse wird ein Training organisiert.

2. Kann ich nur das Home-Study-Modul kaufen?

Das Modul wurde entwickelt, um das Live-Training von vier auf zwei Tage zu verkürzen. Es ist eine Ergänzung, kein Ersatz. Das Online-Video und das PDF-Handbuch enthalten die Demonstrationen aus dem Live-Training und zusätzliche Techniken, aber nicht alle wesentlichen Grundlagen. Während des Live-Trainings werden die Teilnehmer intensiv begleitet. Deshalb wird Home Study erst angeboten, nachdem der Teilnehmer das jeweilige Live-Modul absolviert hat.

3. Kann ich beide Module kaufen und selbstständig lernen?

Ein erfahrener Massagetherapeut, der NRT-Sitzungen gesehen und erhalten hatte, bekam Videos und ein Handbuch. Ohne vollständiges Verständnis und Begleitung waren seine Ergebnisse unzureichend. Nach dem Live-Training änderte sich das. Die Antwort lautet also: nein.

4. Wird es jemals ein vollständiges Fernstudium geben?

Laut der Broschüre wäre dafür ein weiteres Jahr nötig, um ergänzendes Lehrmaterial und umfangreiche Videos zu entwickeln. Das gesamte NRT-Programm ist von der NCBTMB für 111 Fortbildungsstunden anerkannt. Ein Online-Programm wurde in der ursprünglichen Broschüre als künftige Möglichkeit genannt.



5. Verpasse ich etwas, wenn ich Home Study nicht kaufe?

Ja, etwa die Hälfte des Trainings. Home Study enthält zusätzliche Zonen und Techniken. Sie müssen nicht zwei weitere Tage von zu Hause oder Ihrer Praxis fern sein und vermeiden eine Informationsüberflutung.

6. Kann ich Home Study nachträglich kaufen?

Nach dem Besuch eines Live-Grundmoduls können Sie sich an neuralresettherapy@gmail.com wenden.

7. Wie schwierig ist NRT, wenn ich mich in Anatomie wenig auskenne?

Auch Menschen ohne therapeutische Erfahrung haben die Methode gelernt und berichten von guten Ergebnissen bei Familie und Freunden. Der Körper ist in Zonen mit empfohlenen Techniken eingeteilt. Anatomiekenntnisse helfen, effizienter zu arbeiten, sind laut der Broschüre aber keine Voraussetzung.

8. Viele meiner Klienten sind größer oder stärker als ich. Hilft NRT?

Ja. Der Klient muss keine maximale Kraft aufwenden. Sie lernen eine gute Körperhaltung, um mühelos zu arbeiten. Da Daumen und Handgelenke weniger stark belastet werden, kann NRT laut der Broschüre die Berufslaufbahn verlängern.

9. Können wir unsere gewohnten Behandlungen weiterhin anwenden?

Natürlich. Wenn Sie zuerst NRT anwenden, werden die Muskeln nach der Methode schnell weich und geschmeidig. Danach können Sie andere Behandlungsmethoden Ihrer Wahl anwenden.

10. Sind die Module für 16 Fortbildungsstunden anerkannt?

Jedes Grundmodul ist für 16 Stunden anerkannt. Upper Body live und Home Study ergeben zusammen 32 Stunden, zusammen mit Lower Body 64 Stunden. Advanced fügt 22 Stunden hinzu und Advanced Home Study weitere 25 Stunden.

11. Wie lauten die Stornobedingungen von NRT Nederland?

Für Trainings von NRT Nederland gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen von NRT Nederland. Die Stornobedingungen finden Sie auf der nächsten Seite.



Stornobedingungen NRT Nederland

Bei einer Stornierung bis einen Kalendermonat vor dem ersten Trainingstag fallen keine Kosten an. Zwischen einem Monat und drei Wochen vorher wird eine Bearbeitungsgebühr berechnet. Zwischen drei und zwei Wochen vorher beträgt die Stornogebühr 20 %, zwischen zwei Wochen und einer Woche 30 % und innerhalb einer Woche 40 %. Nach Beginn des Trainings sind 100 % fällig, sofern gesetzlich nichts anderes bestimmt ist.

Es gelten die gesetzliche Widerrufsfrist für Verbraucher und das schriftliche Stornierungsverfahren. Die vollständigen Bedingungen finden Sie unter www.nrtnederland.nl.

Anwesenheit

Die Teilnehmer müssen während des gesamten Trainingsmoduls anwesend sein. Die vollständige Anwesenheit ist Voraussetzung, um das Trainingsmodul erfolgreich abzuschließen und eine Teilnahmebescheinigung zu erhalten.

12. Kann jeder teilnehmen?

Jeder darf teilnehmen, auch am Advanced-Training. Für Advanced müssen Sie beide Live-Grundmodule besucht und beide Home-Study-Module erworben haben. Wenn Sie kein Therapeut sind oder körperliche Einschränkungen haben, nehmen Sie bitte vorab Kontakt auf, um zu besprechen, ob das Training für Sie geeignet ist. Ob Sie außerhalb Ihrer eigenen Familie beruflich behandeln dürfen, hängt von den örtlichen Gesetzen ab.



Trainingsinformationen

Teilnehmer

Die Trainings stehen manuell arbeitenden Therapeuten offen, die Menschen mit Schmerzen durch dysfunktionale Muskeln helfen möchten. Alle Kenntnisstufen sind willkommen: Massagetherapeuten, Physiotherapeuten, Chiropraktiker, Osteopathen, Trainer, Akupunkteure und Naturheilkundler, die manuell arbeiten.

Mehr Vorkenntnisse helfen, NRT schneller zu lernen und effizienter anzuwenden. Auch Laien können sich um Zulassung bewerben, die Zertifizierung ist jedoch ausschließlich Fachleuten vorbehalten. Die Teilnehmer müssen Gliedmaßen bewegen sowie Nacken und Rumpf drücken, ziehen oder drehen können.

Die Grundkurse

Es gibt zwei Live-Grundmodule: Upper Body und Lower Body. Die Reihenfolge ist frei wählbar. Für alle Themen und Techniken wären pro Training mindestens vier Tage nötig. Um Kosten und Abwesenheit zu begrenzen, wurde ein Live-Modul mit ergänzendem Home Study gewählt.

Home Study umfasst Online-Videos und ein PDF-Handbuch mit allen Live-Techniken und zusätzlichem Material. Nur Teilnehmer des jeweiligen Live-Moduls können es erwerben.

Die Live-Grundmodule und die Home-Study-Module sind jeweils für 16 NCBTMB-Fortbildungsstunden anerkannt. Anerkennungsnummer: 101.

Vorbereitung

Tragen Sie dünne, weiche, bewegliche Kleidung, etwa ein T-Shirt oder Yoga- bzw. Sportkleidung. Es werden keine Kopfstützen, Öle, Lotionen oder Cremes verwendet. Behandlungsliegen sind vorhanden; Sie müssen keine eigene mitbringen.

Für einige Techniken wird ein Taylor-Reflexhammer (Tomahawk-Modell) verwendet. Andere Modelle sind laut der Broschüre weniger wirksam. Hämmer stehen während des Workshops zur Verfügung.

Anatomische Vorbereitung

„Trail Guide to the Body“ ist ein ausgezeichnetes anatomisches Nachschlagewerk mit klaren Abbildungen der Muskeln, ihrer Lage, Ansätze und Funktionen. Die Anschaffung ist nicht verpflichtend. Mit Anatomie-Apps und ChatGPT können Sie selbst Lernlisten der Muskeln erstellen, die wir behandeln. Überprüfen Sie die Informationen anhand zuverlässiger anatomischer Quellen. Machen Sie sich vorab mit der Lage, den Ansätzen und vor allem den Funktionen dieser Muskeln vertraut. Die Lernlisten finden Sie weiter hinten in diesem Heft.

Weitere Informationen

Beginn-, Mittags- und Endzeiten können je nach Veranstaltungsort variieren. Sorgen Sie dafür, dass Sie während des gesamten Workshops anwesend sind. Das Mittagessen ist nicht inbegriffen; bitte sorgen Sie selbst für Ihre Verpflegung.

Aktuelle Trainingsinformationen: www.nrtnederland.nl



Die Fünf Vereinbarungen

1. Ich respektiere die Existenzgrundlage derjenigen, die diese Lehrinhalte entwickelt und mir vermittelt haben, indem ich weder NRT-Lehrmaterial noch Informationen, die ich in einem NRT-Training gelernt habe, unterrichte, verleihe, weitergebe oder verkaufe. Der Erwerb des Materials aus dem Live-Training oder dem Home Study gewährt Zugang zum geistigen Eigentum, jedoch kein Recht, dieses Material in irgendeiner Weise zu verbreiten. Ich werde ohne vorherige Zustimmung von NRT Trainings, LLC keine Videos oder sonstigen eigenen Inhalte veröffentlichen oder posten, in denen NRT-Techniken demonstriert oder besprochen werden. Inhalte, die auf der NRT-Website und dem NRT-YouTube-Kanal veröffentlicht sind, darf ich nutzen oder verbreiten.
2. Ich werde niemandem, der an den NRT-Trainings beteiligt ist, Vorwürfe machen oder ihn rechtlich belangen wegen nachteiliger Folgen der Anwendung dieser Methode bei meinen Freunden, meiner Familie und meinen Klienten. Mir ist bewusst, dass es in meiner Verantwortung liegt, sicher und verantwortungsvoll im Rahmen meiner beruflichen Befugnisse zu handeln. Es liegt in meiner Verantwortung, die Gesetze in meinem Tätigkeitsgebiet zu prüfen, um zu wissen, ob ich das in einem NRT-Training oder aus dem Lehrmaterial Gelernte rechtmäßig anwenden darf.
3. Ich erlaube meinen Mitteilnehmern und Dozenten, mich im Rahmen eines NRT-Trainings zu behandeln. Ich werde sie nicht für Verletzungen verantwortlich machen, die ich möglicherweise erleide. Mir ist bewusst, dass in Lernsituationen Unfälle oder ungewöhnliche Wirkungen auftreten können. Mir ist auch bewusst, dass es in meiner Verantwortung liegt, die Personen, die mich behandeln, über etwaige Kontraindikationen für diese manuelle Therapie zu informieren.
4. Mir ist bewusst, dass ich für meine persönlichen Gegenstände verantwortlich bin, und ich werde niemand anderen für Beschädigung oder Verlust meines Eigentums verantwortlich machen.
5. Ich erlaube, dass Video-, Audio- und Fotoaufnahmen, die während eines NRT-Trainings gemacht werden, für den Unterricht und die Bewerbung der NRT-Lehrinhalte verwendet werden, sowie die Erhebung meiner Daten gemäß der Datenschutz-Grundverordnung der EU (DSGVO).

Bitte in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen

Vor- und Nachname: _____

Erster Trainingstag: _____

Wohn- oder Geschäftsadresse: _____

_____

Wohnsitzland: _____

E-Mail für die gesamte Korrespondenz: _____

Ländervorwahl + Telefonnummer: (+) _____

Unterschrift: _____



Vorbereitung auf die NRT-Trainings

Muskeln für das Live-Training Lower Body

Machen Sie sich mit der Lage dieser Muskeln und ihren Funktionen vertraut.

- **Bauchmuskulatur** – Obliquus externus und internus, Rectus abdominis
- **Hüftadduktoren** – Adductor magnus, longus, brevis, Pectineus, Gracilis
- **Unterschenkel (Vorderseite)** – Peroneus longus und brevis, Tibialis anterior, Extensor digitorum longus, Extensor hallucis longus
- **Unterschenkel (Rückseite)** – Gastrocnemius, Soleus, Flexor digitorum longus, Flexor hallucis longus, Tibialis posterior
- **Erector spinae** – Iliocostalis, Longissimus, Spinalis
- **Gluteus maximus**
- **Hamstrings** – Semitendinosus, Semimembranosus, Biceps femoris
- **Iliopsoas**
- **Latissimus dorsi**
- **Quadratus lumborum**
- **Quadrizeps** – Rectus femoris, Vastus intermedius, lateralis, medialis
- **Laterale Hüftrotatoren** – Piriformis, Quadratus femoris, Obturator internus und externus, Gemellus superior und inferior
- **Mediale Hüftrotatoren/Abduktoren** – Gluteus medius, Gluteus minimus, Tensor fasciae latae
- **Transversospinalis** – Rotatores, Multifidi



Muskeln für das Live-Training Upper Body

Machen Sie sich mit der Lage dieser Muskeln und ihren Funktionen vertraut.

- **Biceps brachii / Brachialis**
- **Deltoideus (anterior)**
- **Erector spinae** – Iliocostalis, Longissimus, Spinalis
- **Infraspinatus**
- **Latissimus dorsi**
- **Levator scapulae**
- **Masseter**
- **Pectoralis major und minor**
- **Pterygoideus medialis und lateralis**
- **Rhomboideus major und minor**
- **Scaleni** – anterior, medius und posterior
- **Serratus posterior inferior**
- **Splenius capitis und cervicis**
- **Sternocleidomastoideus**
- **Subokzipitale Muskeln** – Rectus capitis posterior major und minor, Obliquus capitis superior und inferior
- **Subscapularis**
- **Temporalis**
- **Teres minor**
- **Transversospinalis** – Rotatores, Multifidi
- **Trapezius** – unterer, mittlerer und oberer Anteil
- **Triceps brachii** – Caput longum, laterale und mediale



Vorbereitung auf die NRT-Trainings

Muskeln für das Live-Training Advanced

Machen Sie sich mit der Lage dieser Muskeln und ihren Funktionen vertraut.

- Abductor hallucis
- Adductor hallucis
- Coracobrachialis
- Intercostales externi und interni
- Longus colli und Longus capitis
- Mimische Muskulatur
- Beckenbodenmuskulatur
- Muskeln, die Augenbrauen und Nase bewegen
- Opponens pollicis
- Zwerchfell (Diaphragma)
- Sartorius
- Serratus anterior
- Serratus posterior superior
- Subclavius
- Transversus abdominis



Zertifizierung in NRT

Voraussetzungen für die Zertifizierung

A. Sie sind gesetzlich berechtigt, NRT an Ihrem Arbeitsort beruflich auszuüben.

B. Sie haben die Live-Trainings Upper Body, Lower Body und Advanced besucht.

C. Sie haben die Home-Study-Module erworben und die Prüfungen bestanden.

D. Sie bestehen eine schriftliche und eine praktische Prüfung bei einem autorisierten NRT-Prüfer.

Master Level Certification

Die Prüfungen werden aus dem Gedächtnis abgelegt. Nur die Zonenkarten sind erlaubt.

Die Zertifizierungsprüfungen beruhen ausschließlich auf dem Wissen aus den Grundkursen, sowohl live als auch Home Study. Sie können die Prüfungen daher vor dem Advanced-Training ablegen. Nach dem Bestehen dieser Prüfungen, dem Besuch des Advanced-Trainings und dem Bestehen der Advanced-Home-Study-Prüfung wird die Zertifizierung verliehen.

Die Zertifizierungsprüfungen können von einem autorisierten NRT-Prüfer abgenommen werden, etwa von der niederländischen NRT-Trainerin Yvette Groenewegen von NRT Nederland. Die Prüfungen finden nach Vereinbarung in Absprache mit dem Prüfer statt. Eine Wiederholung ist möglich.

Es gibt eine schriftliche und eine praktische Prüfung, live bei einem Dozenten. Informationen zur Prüfungsvorbereitung sind auf Anfrage erhältlich.

Informationen und Termine: www.nrtnederland.nl