



Fachwörter-Quiz

Heilmasseurin bzw. Heilmasseur

Gruppenarbeit

Finden Sie anhand der Definition den richtigen fachspezifischen Begriff Ihres Berufes. Welche Gruppe findet die Fachwörter am schnellsten?

01. Streichbewegung zu Beginn und Ende der Massage zur Gewebeentspannung.

02. Knetung der Muskeln zur Durchblutungsförderung und Lösung von Verspannungen.

03. Kreisförmige Reibung mit den Fingerkuppen gegen tiefe Muskelverhärtungen (Myogelosen).

04. Klopfung oder Klatschen zur Tonisierung und Anregung des Nervensystems.

05. Das systematische Erasten von Gewebestrukturen, Muskelspannung und Schmerzpunkten.

06. Die gezielte Steigerung der lokalen Durchblutung durch Griffe oder Öle.

07. Ein lokal begrenzter, druckempfindlicher Verhärtungspunkt im Muskelgewebe.

08. Sanfte Grifftechnik zur Entstauung des Gewebes und Aktivierung des Lymphflusses.



09. Die gezielte Senkung der Muskelspannung durch spezifische Massagetechniken.

10. Das elastische Bindegewebsnetz, das Muskeln und Organe schützend umhüllt.
