

## **Bowen Technik**

Die Bowen Technik ist eine dynamische Muskel- und Bindegewebetechnik. Sie ist eine regulative Therapiemethode, die versucht die Selbstheilungskräfte des Körpers zu wecken. Dabei wirken sanfte Bewegungen auf die Gewebestrukturen des Körpers ein und regen so den Energiefluss an. Dabei handelt es sich um eine sehr sanfte Methode die sowohl bei kleinen Kindern als auch bei älteren Personen problemlos angewendet werden kann. Man sagt, dass die Bowen Technik vor allem oft dort wirkt, wo andere Methoden keinen Erfolg mehr versprechen. Eine Behandlung dauert zwischen 20 und 60 min.