

Musíreset: Leichtes Musizieren ohne Beschwerden durch den Abbau von Einschränkungen jeder Art.

Für Musiker, die ihre Möglichkeiten am Instrument erweitern und sich von chronischen Beschwerden endgültig befreien wollen.

Musíreset hat zum Ziel:

– **den Körper des Musikers zu einem perfekten „Instrument“ umzumodellieren**, damit er – in Einklang mit der Schwerkraft – von überflüssiger Spannung befreit wird und mit feiner Koordination zwischen Beugern und Streckern, mühelos getragen von der tonischen Muskulatur, sein Instrument spielen kann.

Die Frage: wer spielt wen – verschwindet und aus 2 Instrumenten in Auseinander-

setzung wird ein harmonisches Zusammenspiel!

- **an der speziellen Feinmotorik am Instrument zu arbeiten**, an alten, ungünstigen weil aufwendigen Bewegungsmustern (die fast ausnahmslos Ursache der verschiedenen Beschwerden sind). Neue ökonomische Bewegungsmuster werden programmiert und eingeübt.

MusíReset®
LEICHTES MUSIZIEREN
OHNE BESCHWERDEN



musireset®

www.musireset.com

www.elmar-abram.com

rolfing®

musireset®



Elmar Abram - Masavoi

Altrei/Bozen – Anterivo/Bolzano

Mobile + 39 348 77 26 324 | info@masavoi.com

www.elmar-abram.com
elmar abram

ROLFING® KANN DEN KÖRPERBAU DES MENSCHEN IN KURZER ZEIT VERÄNDERN.

Mit einer optimalen, nach der Schwerkraft ausgerichteten Körperhaltung, mit mehr Beweglichkeit und Koordination, steht der Mensch mühelos aufrecht, bewegt sich anmutig und atmet freier.

Die Körperfazien verändern durch die spezielle manuelle Behandlung im Rolfing Elastizität, Dichte und Ausrichtung: so wird es möglich den Körper zu modellieren!

Durch Überforderung und unökonomische Bewegungsmuster verkleben oft Faszien und

damit ganze Muskelkompartments. Rolfing reorganisiert solche Stellen und die Bewegung wird wieder leicht und mühelos. Ziel dieser von Dr. Ida Rolf (1896-1979) begründeten ganzheitlichen manuellen Methode ist Fluss und Leichtigkeit in Struktur und Bewegung und die Maximierung des persönlichen und geistig-seelischen Wohlbefindens.

IL ROLFING® RIALLINEA LA STRUTTURA DEL CORPO UMANO RIMODELLANDOLA,...

...per arrivare ad un movimento fluido, armonioso, leggero.

La dott.ssa Ida Rolf (1896-1979) ha scoperto l'enorme importanza della ininterrotta rete tridimensionale delle fasce connettivali che avvolge muscoli, organi, articolazioni, vasi ed il corpo stesso come un sacco, conferisce forma e sostegno ed è modellabile.

Il sovraccarico di lavoro causato da schemi motori non funzionali/antieconomici spesso determina un incollamento delle fasce e con loro interi compartimenti muscolari. Il Rolfing riorganizza i tessuti consentendo il ripristino di movimenti ritornano fluidi ed efficaci.

ROLFING® IS CAPABLE OF CHANGING THE HUMAN BUILD RAPIDLY.

One stands effortlessly upright, moves gracefully and breathes freely, when posture is optimized and brought into line within gravity.

The body's fascia change elasticity, mass and alignment through the special manual Rolfing treatment – in this way it's possible to shape the body!

Ida Rolf (1896-1979) developed this holistic manual method. Rolfing's goal is flow and ease in body structure and movement and the best possible mental and spiritual well-being.

MUSIRESET: Fare musica senza impedimenti eliminando restrizioni di ogni tipo.

Per musicisti che vogliono ampliare la loro potenzialità allo strumento e che vogliono liberarsi definitivamente da sintomi cronici.

Gli obiettivi di Musireset sono:

- **Rimodellare il corpo** trasformandolo in uno strumento perfetto, sorretto senza fatica - perchè in sintonia con la forza di gravità - dalla muscolatura tonica in uno stato di leggerezza ed equilibrio, e con ottima coordinazione tra i muscoli flessori ed estensori, libero dunque da tensioni superflue ed inibitorie.
- **Lavorare in modo molto specifico** sulla motricità fine allo strumento, per favorire un reset completo di vecchi schemi motori non economici, che sono in verità quasi sempre all'origine dei vari problemi.
- **Risolvere** definitivamente il problema specifico del musicista.

MUSIRESET: Playing musical instruments with lightness and without discomfort through the reduction of all and any limitation.

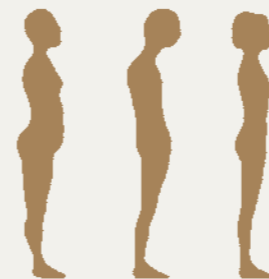
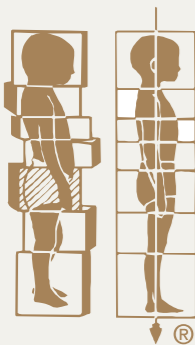
For musicians who want to broaden their potential on the instrument and who want finally to free themselves for good from chronic ailment.

Musireset has the goal:

- **To remodel the musician's body** into a perfect instrument in order that he can play, freed from unnecessary tensions, be in perfect harmony with gravity, staying in a light tonic balance with fine coordination of flexors and extensors. The question who is playing whom disappears, 2 instruments struggling become harmoniously one.
- **To develop specific fine motor skills** on the instrument, to eliminate old uneconomic motion patterns which have been the main cause of the ailments.

rolfing® www.elmar-abram.com

rolfing® www.elmar-abram.com



musireset® www.musireset.com

