

# Motion, sundhed og velvære 2016



## Rolfing rammer nu Lemvig

31-årige Kasper Søgaard er en af blot 10 certificerede Rolfing-terapeuter i Danmark, og han tilbyder nu behandlinger i hjembyen.

AF A. P. CHRISTENSEN  
apl@bergske.dk

**SUNDHED:** Kasper Søgaard Andersen er født og opvokset i Lemvig, men har efter sin studentereksamen nærmest rejst verden rundt for at uddanne sig i både kampkunst og som alternativ behandler. For tre år siden vendte han tilbage til Danmark og åbnede sin klinik i Aarhus, hvor han tilbyder behandlinger efter Rolfing-principper samt kinesisk og medicinsk akupunktur.

»Jeg har kaldt min klinik for Tairo Klinik, og den ligger centralt på Banegårdspladsen i Aarhus. Vi er kun 10 Rolfere i Danmark - syv i København og tre i Aarhus - og i samarbejde med Doris Knak i Terapihuset på Høgevej i Lemvig vil jeg komme »hjem« til Lemvig cirka en gang om måneden for at tilbyde denne behandlingsform,« fortæller Kasper Søgaard.

Rolfing Strukturel Integration er en behandlingsform, som blev grundlagt af Ida P. Rolf tilbage i 1960'erne.

»Ida Rolf var amerikaner og oprindelig kemiker. Der opstod nogle sundhedsmæssige udfordringer i hendes nærmeste familie, og på den baggrund udviklede hun sin behandlingsform, der dybest set handler om at se alting i en sammenhæng, hvis der opstår spændinger af den ene eller den anden slags i kroppen. Rolfing forbedrer din kropps struktur, holdning og bevægelse ved at frigøre spændinger og uhenigtsmæssige bevægelsesmønstre. Rolfing er kendetegnet ved, at jeg som terapeut arbejder med bindevævet på en sådan måde, at kroppens struktur og funktion ændres. Dette gør jeg ved at behandle strategiske områder af kroppen, så



den kan finde en ny tilstand af balance eller ligevægt. Typisk går behandlingsforløbet over 10 behandlinger, hvor formålet er at maksimere klientens kropslige og mentale velvære,« forklarer Kasper Søgaard.

I selve behandlingen arbejder han med hele kroppen, således at et problem altid bliver betragtet i relation til andre kroppsdele. Rolfing bruger

en unik kombination af bindevæsteknikker og bevægelse til at skabe de ændringer, som den individuelle person har brug for.

»Dertil kommer, at der også er lidt hjemmearbejde for at skabe vedvarende resultater. Uden at det skal lyde for kompliceret, så arbejder jeg meget med kropsholdningen og forholdet mellem de for-

skellige kroppsdele - med tyngdekraften som det væsentligste værktøj. Der er intet hokus pokus ved Rolfing. Det er en fysisk behandlingsform,« pointerer Kasper Søgaard.

Han har siden etableringen af Tairo Klinik i Aarhus i 2012 opbygget en solid kundekreds, der hele tiden bliver større.

»Det er meget forskellige klienter, der kommer i klinikken.

Det er folk i alle aldre, der måske har nogle slidmønstre, der skal behandles, men det kan også være eliteidrætsudøvere, der har behov for behandling af akutte skader. Det er dog nok kendetegnende for mine klienter, at de har prøvet andre behandlingsformer, før de kommer til Rolfing. Desto større er glæde over og tilfreds-heden ved, at jeg så oftest formår

Kasper Søgaard er en af blot 10 certificerede roltere i Danmark. Han tilbyder nu behandlinger i samarbejde med Terapihuset på Høgevej.

at lykkes med behandlingerne,« siger Kasper Søgaard.

### Kampkunst og Rolfing

Kasper Søgaard har en bachelor i filosofi og har opholdt sig i Tokyo i Japan, hvor han studerede japansk og samtidig trænede japansk kampkunst.

»Det kunne jeg let bruge 25 timer om ugen på,« siger han med et smil.

Mens han var i Tokyo, rejste han i perioder til USA og Bali for at uddanne sig som Rolfer - og har desuden en række kurser og supplerende uddannelser på sit cv - blandt andet i akupunktur.

Det var også i Tokyo, at Kasper mødte Anna, der stammer fra Barcelona. Hun var i Japan for at uddanne sig til oversætter - og sidste år blev det unge par gift i Lemvig og venter barn til april.

»Jeg ser frem til at komme til Lemvig og håber, at Rolfing bliver taget godt imod,« siger Kasper Søgaard, der henviser til Tairo Klinikens hjemmeside, tairoklinik.dk, for yderligere informationer om behandlingsformen.

Den første dag, Kasper Søgaard er i Terapihuset i Lemvig, er den 30. januar.

»Blandt alle, der booker en tid til en behandling denne dag, trækker jeg lod og finder en heldig vinder, der får behandlingen ganske gratis,« siger Kasper Søgaard.

### J.C. Thai Traditionel Massage

Har du: muskelspændinger, hovedpine, migræne, stress, fedtknuder og sovende arm/ben?

Vi kan tilbyde dig at blive behandlet af professionelle massører, der er uddannet fra et kendt thailandsk tempel - Wat-po, Bangkok. Kig ind på [www.jcwellness.dk](http://www.jcwellness.dk)

Kropsmassage: Akkupressur · Aroma oliemassage  
Zoneterapi · Dup med urter · Spa i mælk.

Munkbrovej 4B, Tvis, 7500 Holstebro • 2462 2509 • 3147 8444



### HOLSTEBRO

## SKINCARE



Vi er flyttet

Heidi Petersen • Grønsøgade 2, 1. sal • 7500 Holstebro  
Tel. 9741 0080 • E-mail: [info@holstebroskincare.dk](mailto:info@holstebroskincare.dk)  
[www.holstebroskincare.dk](http://www.holstebroskincare.dk)

## THAI Massage

Vi tilbyder følgende slags massager: 1/2 time 1 time 2 timer

Traditional THAI, Olie, Fod, 200 350 600  
Hoved+skulder

THAI ansigtsmassage/-løftning 40min. 350 Kr. 6x1.750 Kr.



KUN mod kontanter. Ikke kredit kort.  
Åbningstider: 8-20. Tidsbestilling: 91 83 90 88

**AeWellness**

Storegade 22, 1, 7620 Lemvig

### Hanne Damgaard

Clairvoyant  
Healer  
Access Bars

Hanne Damgaard  
Lundbygade 7, Vejrum  
7600 Struer

Mobil 6166 4195  
[www.hanne-damgaard.dk](http://www.hanne-damgaard.dk)

### KLINISK TANDTEKNIKER • LOUISE HØYER

- Vi får dig til at smile...

- Fremstilling af høj kvalitets tandproteser på eget laboratorium
- Helproteser og delproteser
- Immediat proteser efter tandudtrækning
- Stålunitor proteser
- Tryklås proteser
- Reparationer og justeringer

Vi hjælper med ansøgning om tilskud

DENTALHUSET • ØSTERGADE 40  
FÆRCH HUSET • LILLE ØSTERGADE 5  
KLINIKKEN • POSTHUSTORVET 4



7600 STRUER • TLF. 20 22 40 29  
7500 HOLSTEBRO • TLF. 97 42 09 65  
7800 SKIVE • TLF. 97 51 00 29

### Parterapi Individuel samtalerapi Stresscoaching



Eise Marie R. R. Pedersen

Telefonnr. 2467 6644  
Telefon: hverdage - bedst ml. 16.30 og 17.30

Konsultation i Holstebro og Harboøre  
[www.elsemariepedersen.dk](http://www.elsemariepedersen.dk)  
[info@elsemariepedersen.dk](mailto:info@elsemariepedersen.dk)

Konsulentvirksomhed i virksomheder og institutioner - ring og aftal indhold og pris