

Kursusprogram
2025/2026



Bedre Funktion – Bedre Liv

Uddannelse

Kranio-Sakral terapi

2025/2026

v. Lisbeth Reinhold





KST - Uddannelse

Kurser 2025/2026

Hos "Bedre Funktion – Bedre Liv" kan du uddanne dig til Kranio-Sakral terapeut. Uddannelsen i Kranio-Sakral terapi er på 290 timer og opfylder kravene til RAB-certificering.

Følg os på hjemmeside: lisbethreinhold.dk og FB: Bedre Funktion – Bedre Liv
Uddannelsen består af følgende 8 kurser:

Basis

Det blide tryk

Vi arbejder med helt basale teknikker, som gennem det meget blide tryk skaber kontakten til klientens væv. Disse helt grundlæggende teknikker er fundamentet for vores videre KST-arbejde.

Forudsætning: Åbent for alle

2 dage (kl. 9-17)

Pris: 2.500 kr.

13. - 14. sept. 2025

KST I

Det Kranio-Sakrale system og vejrtrækningen

Vi lærer om det Kranio-Sakrale system og har bl.a. fokus på vejrtrækningen. Vi arbejder endvidere med den øverste halshvirvel, *atlas*, og de muskler som hæfter på kraniekanten og er årsag til mange hovedpiner. Vi begynder også at beskæftige os med *vagus-nerven*, som bl.a. er vores stress-regulator.

Forudsætning: Basiskursus

4 dage (kl. 9-17)

Pris: 5.600 kr.

25. - 27. okt. + 27. nov. 2025



KST II

Rygsøjlen, kraniebunden og ansigtsknoglerne

Vi har fokus på hele rygsøjlen fra halshvirvler til korsben/haleben. Vi lærer om *cerebrospinalvæsken* – hjernevæsken, som er næring for hjernen, og hvis flow er så vigtigt at optimere. Desuden arbejder vi med ansigtsknoglerne.

Forudsætning: KST I

4 dage (kl. 9-17)

Pris: 5.600 kr.

12. - 14. dec. 2025 + 8. jan. 2026

KST III

Kraniets motor - vi arbejder 3-dimensionelt

Nu bygger vi videre på vores teknikker. De bliver langsomt mere forfinede og går dybere. Vi arbejder os ind til kraniets "motor" – leddet mellem *sphenoid* og *occipitalknoglen*, og vi får en fornemmelse af kranieknoglernes indbyrdes kontakt og bevægelighed. Restriktioner hér kan give alvorlige fysiske og psykiske symptomer.

Forudsætning: KST II

5 dage (kl. 9-17)

Pris: 7.000 kr.

19. - 22. februar + 19. marts 2026



Bindevævskursus

Hvordan arbejder vi med *fascia* – kroppens bindevæv?

Vi lærer en meget blid form for bindevævsmassage og arbejder bl.a. med hud og muskler, sener, ledbånd og knoglehinder. Undervejs er vi omkring triggerpunkter, meridianer, akupunkturpunkter samt muskel-funktionsbaner gennem kroppen – *Anatomy Trains*. Vi introduceres til rygmærvsnervernes forsyningsområder og til, hvordan vi kan arbejde med dem m.m.

Forudsætning: KST III

5 dage (kl. 9-17)

Pris: 7.000 kr.

20. - 23. marts + 24. april 2025

16. - 19. april + 21. maj 2026

KST III+

Social Engagement og energetisk arbejde

Vi arbejder videre med de dybereliggende strukturer i kraniet på en mere energetisk måde. Vi lærer at optimere funktionen af *det sociale nervesystem* gennem arbejde med *kranienerverne* 5, 7, 9, 10 og 11. Herved bliver vi i langt højere grad i stand til at vurdere tilstanden i *det autonome nervesystem* og til at afbalancere og bedre tilstanden i dette. Det gør os velforberejede til at møde stressramte og depressive klienter.

Forudsætning: KST III + Bindevævskursus

4 dage (kl. 9-17)

Pris: 5.600 kr.

12. - 14. juni + 14. august 2025

19. - 21. juni + 13. august 2026



Børnekursus I

Arbejdet med børn fra 0 – 2 år

Arbejdet med de helt små børn kræver særligt trænede hænder, men nu er vi klar til at begynde på dette. Hvordan nærmer vi os det lille barn? Hvilke problematikker møder vi? Små børn med skæve hoveder, kolikbørn, urolige børn eller *for* rolige børn? Fødslen er en voldsom proces at komme igennem. Den giver ofte større eller mindre komplikationer i månederne efter. Her kan vi medvirke til at bedre dagligdagen og nætterne for barnet og forældrene.

Forudsætning: Bindevævs-kursus & KST III+
4 dage (kl. 9-17)

Pris: 5.600 kr.

19. - 21. sept. + 9. okt. 2025

11. - 13. sept. + 8. okt. 2026

Børnekursus II

Arbejdet med børn 3-14 år

De lidt større børn kræver noget andet. Vi nærmer os med respekt for barnets behov og barnets grænser. Gensidig tillid er fundamentalt. Vi møder en del børn med fysiske problemer som ondt i hovedet, ondt i maven, øreproblemer, allergi osv. Ofte er disse problemer psykisk relaterede, ligesom mistroivsel, indlæringsproblemer, hyperaktivitet kan være det. Vi kan bruge en del af de teknikker, vi har fra arbejdet med voksne, men de skal forfines og bruges med endnu større omhu.

Forudsætning: Børnekursus 1
4 dage (kl. 9-17)

Pris: 5.600 kr.

28. - 30. nov. 2025 + 9. jan. 2026

6. - 8. nov. + 10. dec. 2026



Eksamen

Eksamen afholdes efter afsluttet Børnekursus II og efter behov. Eksamen afholdes i overværelse af en censor.

Pris: 950 kr

Næste eksamen: januar 2026

Som overbygning på uddannelsen tilbyder jeg bl.a. kursus i

Særlige behov

Behandling af børn og voksne med særlige behov

Hvordan arbejder vi med børn og voksne med udfordringer i skole og på job, stressramte, depressive, særligt sensitive samt mennesker med diagnoser som ADHD, OCD, Tourette, autisme m.v.

Forudsætning: Børnekursus I

Pris: 5.750 kr.

4 dage (kl. 9-17)

25. - 27. april. + supervisionsdag i maj/juni 2025

Tilmelding

Man tilmelder sig uddannelsen ved at sende en mail med angivelse af hvilket holdstart eller kursus, det drejer sig om, skriver navn, adresse, telefonnummer samt indbetaler et depositum på 1.000 kr. Senest 3 uger før afholdelse af hvert modul indbetaler man restbeløbet og får så tilsendt kursusmateriale m.m.

Se mere om tilmelding og betingelser på min hjemmeside under Kurser.

Lisbeth Reinhold

RAB-certificeret og medl. af Kranio Sakral & Kropsterapi Danmark

Amalie Skrams Allé 8, 2500 Valby

email: bestil@lisbethreinhold.dk

tlf.: 20739080

CVR 33780328

Facebook: [Bedre Funktion – bedre Liv/Kranio-Sakral uddannelse og behandling](#)