Bodyfeet

Die führende Fachschule für
Naturheilkunde und manuelle Therapie

EMMETT Technique

Sanfte Muskelentspannung für Schmerzlinderung und Wohlbefinden

Punktgenau!

+41 33 225 44 22 ☎
www.bodyfeet.ch

«Zwei Finger – Eine Lösung»
sanft – schnell – effektiv

Ross Emmett

a

EMMETT Technique

Bereichere deine therapeutische Arbeit mit einer Methode, die auf den Punkt bringt, was viele suchen: Sanft. Schnell. Effektiv.

«Die grösste Kraft erfordert die leichteste Berührung.»
Ross Emmett

Die EMMETT Technique ist eine sanfte, effektive und vielseitig einsetzbare Methode zur Entspannung von Muskeln und Faszien. Durch gezielten, leichten Druck auf definierte Punkte am Körper werden Impulse gesetzt, die Verspannungen lösen, Schmerzen lindern und die Beweglichkeit verbessern können. Der Körper reagiert dabei ähnlich wie auf die Berührung eines Touchscreens: Sanfte Reize lösen wohltuende Reaktionen aus.

Ursprünglich wurde diese Methode übrigens am Tier entwickelt. Aus dieser Erfahrung heraus entstand eine Technik, die heute weltweit erfolgreich bei Mensch und Tier angewendet wird.

Die Anwendung ist flexibel — ob sitzend, stehend oder liegend, direkt auf der Haut oder über leichter Kleidung. Positive Veränderungen im Wohlbefinden sind meist schnell spürbar.

Wir freuen uns an deinem Interesse an diesem spannenden Themengebiet und möchten dir unsere Ausbildung und die weiteren EMMETT-Angebote mit dieser Information gerne näherbringen.

Alle Titel, Anreden, Personenbezeichnungen usw. in dieser Information sind geschlechtsneutral zu verstehen.

Regula Scherrer

Kennenlernen

Da wir dich gerne persönlich über diese umfassende Ausbildung informieren sowie die Erwartungen und Voraussetzungen klären möchten, empfehlen wir dir ein unverbindliches Vorgespräch. Du hast auch die Möglichkeit, die Schule zu besichtigen und einen Einblick in den Unterricht zu erhalten.

E-Mail: bildungsberatung@bodyfeet.ch
Telefon: +41 33 225 44 33

EMMETT Technique Workshop
Zum Kennenlernen der Methode

Lerne, Verspannungen und Schmerzen einfach selbst zu lösen!

Für den Besuch der Grundausbildung «EMMETT Technique Practitioner» ist dieser Workshop optional.

In unserem 8-stündigen EMMETT Workshop zeigen wir dir erstaunlich einfache und effektive Griffe, mit denen du Muskelverspannungen lösen und Schmerzen bei dir selbst, in der Familie und im Freundeskreis sanft lindern kannst.

Der Alltag hält oft kleine und grössere Herausforderungen bereit: Plötzlich ein Ziehen im Rücken, ein verspannter Nacken, eingeschlafene Hände, schwere Beine, mangelndes Gleichgewicht oder ein bisschen kurzatmig – kommt dir das bekannt vor?

Wie schön wäre es, wenn du in solchen Momenten schnell und unkompliziert helfen könntest?

Mit der EMMETT Technique schenkst du dir und deinen Liebsten in wenigen Minuten spürbar mehr Wohlbefinden.

Dein EMMETT Workshop auf einen Blick

- Schnell erlernbar
- Unkompliziert anwendbar
- Für jeden geeignet – egal ob du Vorkenntnisse hast oder nicht
- Sofort im Alltag umsetzbar

Der Workshop gibt dir einen spannenden Einblick in die EMMETT Technique.

Er ersetzt keine medizinische Behandlung und auch nicht die komplette EMMETT Vollausbildung – aber er zeigt dir, wie du kleine Beschwerden im Alltag überraschend leicht selbst lindern kannst.

Voraussetzungen

Keine, Massage- und Anatomiekenntnisse von Vorteil

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

Tageskurs von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 8 Stunden.

Kurskosten

CHF 260.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

EMMETT Technique Practitioner Grundausbildung

Die Grundausbildung in der EMMETT Technique vermittelt eine sanfte, hochwirksame Methode zur Muskel- und Faszienentspannung. Im Mittelpunkt steht ein einfühlsamer, respektvoller Umgang mit Klienten und eine präzise Anwendung der Techniken.

Vorteile der EMMETT Technique

- Linderung von Schmerzen und Stress
- Verbesserung der Beweglichkeit und Muskelentspannung
- Sanfte Impulse, grosse Wirkung
- Schnell spürbare Resultate, oft bereits nach der ersten Anwendung

Die EMMETT Technique eignet sich unter anderem bei:

- Verspannungen und Bewegungseinschränkungen im Schulter- und Nackenbereich
- Muskelverspannungen, Sportverletzungen, Überlastungen
- Migräne und Cluster-Kopfschmerzen
- Beschwerden im Rücken- und Hüftbereich
- Begleitend während der Schwangerschaft und nach der Geburt
- Lymphstau
- Atembeschwerden
- Verdauungsbeschwerden und Bauchkrämpfen
- Kopfschmerzen, Schwindel und verstopften Stirnhöhlen
- Einschränkungen in Knie- und Fussgelenken
- Fersen- und Fussschmerzen
- Blasenschwäche und PMS
- Mobilitätsproblemen im Alter
- Unterstützung von körperlicher und geistiger Vitalität

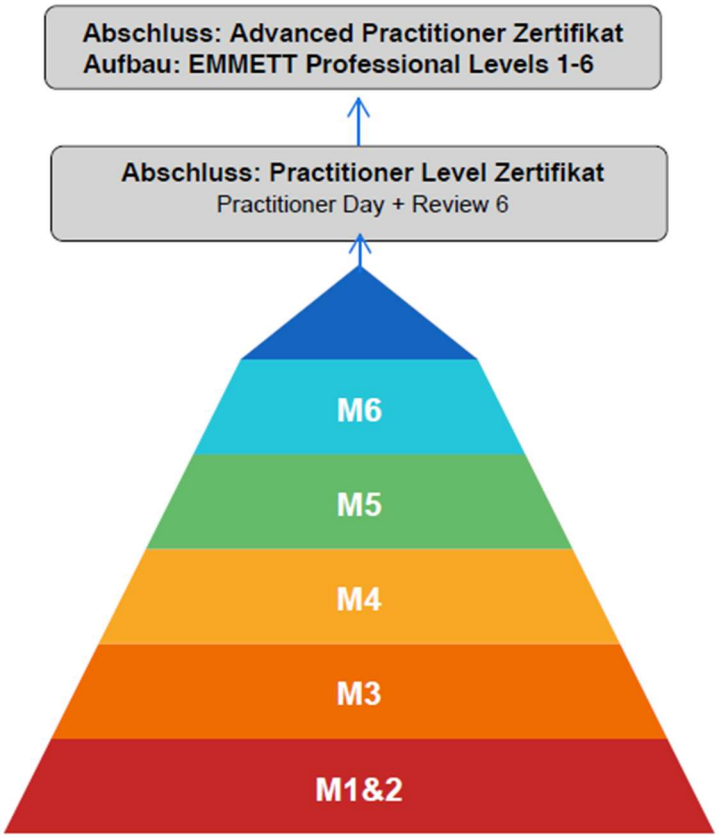
Die sanfte Anwendung und rasche Wirkung machen diese Technik zu einem wertvollen Werkzeug — ob in Therapie, Pflege, Sport oder zur Selbstanwendung.

Erweitere deine therapeutische Werkzeugkiste mit einer Methode, die berührt, bewegt und nachhaltig unterstützt.

Kennenlernen der Methode - Workshop

Zum Kennenlernen der Methode kann vorgängig optional der EMMETT Technique Workshop besucht werden (Angaben siehe vorgängige Seite).

Ablauf Ausbildung



Module 1&2

Lerninhalte

- Einführung in Philosophie und Prinzipien der EMMETT Technique
- Rumpf- und Beckenmobilität
- Psoas-Entspannung und Balance
- Schulter-, Nacken- und Kopfrotation

Voraussetzungen

Keine, Massage- und Anatomiekenntnisse von Vorteil

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten

CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Modul 3

Lerninhalte

- Erweiterung der Schulter- und Beckenmobilität
- Griffstärken-Optimierung
- Lösung bei Knie-, Hüft- und Fussproblemen
- Verbesserung der Atmung und Körperbalance

Voraussetzungen

Module 1&2

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten

CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Modul 4

Lerninhalte
- Bauchmuskel- und Rückenentspannung
- Arm-, Bein- und Fussgelenksmobilität
- Erweiterte Schmerzlösungen

Voraussetzungen
Modul 3

Kurszeiten und Unterrichtsdauer
2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten
CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer
Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten
Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Modul 5

Lerninhalte
- Kieferentspannung
- Erweiterte Schulter- und Nackenmobilität
- Atemwegs- und Beckenlösung

Voraussetzungen
Modul 4

Kurszeiten und Unterrichtsdauer
2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten
CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer
Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten
Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Modul 6

Lerninhalte

- Spezielle Lösungen für Blasenschwäche und Fussschmerzen
- Lymphsequenz nach EMMETT
- Vertiefung und Kombination der Techniken

Voraussetzungen

Modul 5

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten

CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Abschlussmodul
zum Practitioner Zertifikat

Tag 1: Review 6

- Online Quiz
- Überprüfung der Kenntnisse aus Modul 6

Tag 2: Practitioner Day (Client Clinic Day – CCDay)

- Vertiefung und Überprüfung der erlernten Punkte aus den Modulen 1 bis 6
- Praxisorientierter Kurs mit wertvollen Tipps für die Anwendung
- Zahlreiche Fallbeispiele, um spezifische Symptome effektiv zu behandeln
- Kombination von kurzen Sequenzen für schnelle Muskelentspannung und effektive Schmerzlinderung
- Abschluss mit dem Practitioner Zertifikat

Voraussetzungen

Modul 6

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten

CHF 550.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Angebot für Wiederholer des Practitioner Day (CCDay)

Wiederholer des zweiten Tages «Practitioner Day (CCDay)» erhalten 25% Rabatt.

EMMETT Technique Practitioner Day (Client Clinic Day – CCDay)

Dieser Practitioner Day bietet die Möglichkeit, das Gelernte aus der EMMETT Technique Practitioner Grundausbildung aufzufrischen und zu vertiefen. Er richtet sich an alle Praktizierende, welche ihr Wissen und ihre Erfahrung erweitern möchten.

Im Fokus stehen dabei das praxisorientierte Anwenden sowie Training des in der Grundausbildung EMMETT Technique Practitioner (Module 1 bis 6) gelernten Stoffes anhand von Fallbeispielen, Anwendungstipps und Kurzsequenzen für schnelle Ergebnisse.

Gewinne dadurch Sicherheit in der Anwendung.

Zielgruppen
EMMETT-Anwender

Voraussetzungen
EMMETT Technique Practitioner Grundausbildung – Module 1-6

Kurszeiten und Unterrichtsdauer
Tageskurs von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 8 Stunden.

Kurskosten
CHF 275.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Angebot für Wiederholer des Practitioner Day (CCDay)
Wiederholer des zweiten Tages «Practitioner Day (CCDay)» erhalten 25% Rabatt.

Anzahl Teilnehmer
Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten
Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

EMMETT Technique Lymphkurs

Gezielte Lymphsequenzen für Wohlbefinden und Entlastung – in nur 15–20 Minuten?

Erlebe eine sanfte und zugleich hochwirksame Methode, die das Lymphsystem gezielt anregt und den Körper in seiner natürlichen Regulation unterstützt.

Mit der EMMETT Technique erlernst du Techniken, die sich sofort spürbar auswirken — für mehr Leichtigkeit, Wohlbefinden und Vitalität.

Die EMMETT Technique ist eine besondere Form der Körpertherapie. Durch präzise gesetzte, sanfte Impulse mit den Fingern werden spezifische Punkte am Körper aktiviert und die körpereigenen Systeme in Balance gebracht. Besonders im Bereich des Lymphflusses unterstützt diese Methode schnell und nachhaltig.

Besonderheit

Du erlernst vier Lymphsequenzen, die sich unmittelbar im Praxisalltag oder im persönlichen Umfeld anwenden und sich hervorragend mit anderen Therapieformen kombinieren lassen.

Dein Einstieg in den EMMETT Technique Lymphkurs

Zwei Wege – ein Ziel: Sanfte Lymphaktivierung mit der EMMETT Technique

Entdecke, wie du mit gezielten EMMETT-Lymphsequenzen das Wohlbefinden steigern, Regeneration fördern und chronische Beschwerden effektiv unterstützen kannst.

Du hast die Wahl zwischen zwei Kursoptionen — ganz nach deinem Kenntnisstand und deinem Wunsch nach Spezialisierung.

- 4-Tageskurs
- 2-Tages-Lymphkurs für Fortgeschrittene

4-Tageskurs

Kursaufbau

Tag 1 & 2: Grundlagen

- Einführung in die Prinzipien der EMMETT Technique
- Erlernen grundlegender Korrekturen für Lymphfluss, Gleichgewicht und Entspannung
- Erste lymphrelevante Griffe, die direkt anwendbar sind
- Grundlegende Griffe, die integraler Bestandteil der Lymphsequenzen sind:
  - Korrektur No. 1: 12. Rippe / QL
  - Korrektur No. 2: Iliacus / Oblique
  - Korrektur No. 3: Psoas
  - Korrektur No. 4: Gastrocnemius
  - Korrektur No. 5: Hinterer Oberschenkel
  - Korrektur No. 6: Diaphragma
  - Korrektur No. 7: Rescue
  - Korrektur No. 8: ITB / Sartorius
  - Korrektur No. 9: Pectoralis Minor
  - Korrektur No. 10: Schulterblattrand
  - Korrektur No. 11: Sinusdrainage
  - Korrektur No. 12: Quadrizeps
  - Korrektur No. 13: Darm

Tag 3 & 4: Lymphsequenzen

Erweitertes Verständnis der Lymphsequenzen als effektive Unterstützung bei

- Wohlbefinden und Regeneration
- Chronischen Beschwerden
- Postoperativen Themen und Narben
- Darmproblemen und Chemotherapie-Begleitung

Detaillierte Demonstration und sichere Anwendung von vier praxisrelevanten Lymphsequenzen

- Sinus und Brustbereich
- Geschwollene Beine
- Darmunterstützung
- Ganzkörperflüssigkeitsstimulation

Technikanpassungen für sensible Personen und spezielle medizinische Indikationen. Anwendungen bei Immungleichgewicht, chronischen Themen und nervlicher Überlastung.

Für wen?

Therapeuten mit anatomischen Grundkenntnissen, die die EMMETT Grundlagen erlernen und direkt in die Lymphsequenzen einsteigen möchten.

Zielgruppe

Einsteiger ohne EMMETT-Vorkenntnisse

Voraussetzungen

Therapeutisches Fachwissen und anatomische Grundkenntnisse

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

4 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 32 Stunden.

Kurskosten

CHF 1140.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

2-Tages-Lymphkurs für Fortgeschrittene

Dein Mehrwert

Kombination aus Theorie und intensiver Praxis.

Erweitertes Verständnis der Lymphsequenzen als effektive Unterstützung bei

- Wohlbefinden und Regeneration
- Chronischen Beschwerden
- Postoperativen Themen und Narben
- Darmproblemen und Chemotherapie-Begleitung

Detaillierte Demonstration und sichere Anwendung von vier praxisrelevanten Lymphsequenzen

- Sinus und Brustbereich
- Geschwollene Beine
- Darmunterstützung
- Ganzkörperflüssigkeitsstimulation

Technikanpassungen für sensible Personen und spezielle medizinische Indikationen. Anwendungen bei Immungleichgewicht, chronischen Themen und nervlicher Überlastung.

Für wen?

EMMETT Professionals (ab EP1), die ihr Wissen im Bereich der Lymphsequenzen nach der EMMETT Technique gezielt erweitern möchten.

Hinweis: Die Ausbildung EMMETT Professional (ab EP1) ist nicht bei Bodyfeet im Angebot!

Hat du den Level 1 (EP1) des EMMETT Technique Professional (Voraussetzung: EMMETT Technique Practitioner - Grundausbildung Module 1 bis 6) bei einer anderen Schule schon besucht? Dann hast du die Möglichkeit, diesen 2-Tages-Lymphkurs bei uns zu besuchen.
Für die Anerkennung und Anrechnung muss uns das Attest EP1 zusammen mit der Anmeldung zugestellt werden.

Zielgruppe

EMMETT Professionals (ab EP1), die ihr Wissen im Bereich der Lymphsequenzen nach der EMMETT Technique gezielt erweitern möchten.

Voraussetzungen

Abgeschlossener Kurs EMMETT Professionals (EP1)

Kurszeiten und Unterrichtsdauer

2 Tage von 8.45 bis 17.30 Uhr.
Unterrichtsdauer 16 Stunden.

Kurskosten

CHF 570.- inkl. Lehrmittel und Kursausweis

Anzahl Teilnehmer

Mindestens 6, maximal 14 Teilnehmer

Kursdaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Webinare «Praxisführung»

Der Weg in die Selbstständigkeit als Therapeutin oder Therapeut bringt viele Herausforderungen mit sich. Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern bieten wir dir praxisnahe Webinare, fundiertes Wissen und wertvolle Einblicke rund um Praxisführung, EMR-Zertifizierung, Marketing und mehr.

Profitiere von der Expertise erfahrener Fachpersonen und erhalte konkrete Tools und Strategien, um deine Praxis erfolgreich aufzubauen und zu führen – und dies erst noch kostenlos!

Starte jetzt – mit dem richtigen Wissen an deiner Seite!

Webinardaten

Aktuelle Daten siehe Webseite bodyfeet.ch

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Parteien, Anwendungsbereich, Grundsätze

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen („AGB“) regeln das Vertragsverhältnis zwischen der Bodyfeet AG, ein Unternehmen der Vantage Education Gruppe, und den Teilnehmenden. Die AGB gelten bei sämtlichen Angeboten. Die gültigen Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) findest du unter https://bodyfeet.ch/agb.

Abmeldungen

Kursabmeldungen werden nur in schriftlicher Form angenommen. Eine Abmeldung aus einem Kurs ist mit administrativem Aufwand verbunden. Bei Abmeldung, Kursabbruch oder nicht Erscheinen gelten daher unabhängig vom Verhinderungsgrund die Annullationsbedingungen gemäss den aktuell gültigen Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) https://bodyfeet.ch/agb.

Annullationsversicherung

Um dich vor den finanziellen Folgen unvorhergesehener Ereignisse wie beispielsweise Krankheit oder Unfall abzusichern, empfehlen wir dir, eine entsprechende Annullationsversicherung abzuschliessen (z.B. Allianz). Die Annullationsversicherung der Allianz kannst du direkt über folgenden Link abschliessen:
Allianz Secure Course Cancellation

Kursdurchführung

Bei zu geringer Teilnehmerzahl behalten wir uns vor, den Kurs bis zwei Wochen vor Kursbeginn zu annullieren, zeitlich zu verschieben, zusammen zu legen oder den Durchführungsort zu ändern. Einbezahlte Beträge werden zurückerstattet oder für einen anderen Kurs gutgeschrieben. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

›

Haftung

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer trägt während des Kurses die volle Verantwortung für sich selbst und ist somit für eine ausreichende Versicherungsdeckung (Annullationskostenversicherung, Kranken-, Unfall- und Haftpflichtversicherung) verantwortlich.

Für alle von der Bodyfeet AG organisierten Kurse und Veranstaltungen schliessen wir jegliche Haftung für entstandene Schäden aus. Bei Personenschäden, die auf eine Kontraindikation zum gebuchten Kurs zurückzuführen sind, sowie für Unfälle und Krankheiten, die sich während eines Kursbesuches und/oder auf dem Hin- und Rückweg ereignen, lehnt die Bodyfeet AG jegliche Haftung ab. Für Diebstahl oder den Verlust von Gegenständen kann die Bodyfeet AG nicht haftbar gemacht werden.

Die detaillierten AGB’s findest du auf unserer Webseite bodyfeet.ch.

Hauptsitz Thun

Bodyfeet AG
Aarestrasse 30
3600 Thun

+41 33 225 44 22
mail@bodyfeet.ch

Filiale Aarau

Bodyfeet AG
Bahnhofstrasse 94
5000 Aarau

+41 62 823 83 83
aarau@bodyfeet.ch

Filiale Rapperswil

Bodyfeet AG
Glärnischstrasse 8
8640 Rapperswil

+41 55 210 36 56
rapperswil@bodyfeet.ch

Zweigstellen

Zweigstelle Jegenstorf

Bodyfeet AG
Zweigstelle Jegenstorf
Gesundheitszentrum the link
Bernstrasse 41
3303 Jegenstorf

+41 31 859 77 67
jegenstorf@bodyfeet.ch

Zweigstelle Landquart

Bodyfeet AG
Zweigstelle Landquart
Bahnhofstrasse 7
Haus Piz Alun
7302 Landquart

+41 81 322 72 17
landquart@bodyfeet.ch

Zweigstelle Rotkreuz

Bodyfeet AG
Zweigstelle Rotkreuz
Chäsimatt 6
6343 Rotkreuz

+41 78 923 11 06
rotkreuz@bodyfeet.ch

Zweigstelle Wil

Bodyfeet AG
Zweigstelle Wil
Poststrasse 5
9500 Wil

+41 79 289 88 37
wil@bodyfeet.ch

© 2026 Bodyfeet AG, V01

› Bodyfeet Praxis und Therapiezentrum
www.bodyfeetpraxis.ch

› Bodyfeet Plus – erweitere deinen Horizont www.bodyfeetplus.ch

Vantage Education Group