Harmoni, ny viden og globalt fællesskab - Træningsuge 2025

Af Lone Sorensen

Årets Træningsuge i Playa de Aro blev en af de uger, der bliver ved med at leve videre, længe efter vi er rejst hjem. Selvom gruppen var større end tidligere år, opstod der en varme og en ro, som ramte lige i hjertet. Det er noget af det smukke ved disse uger: når mennesker samles om et fælles ønske om at lære og forfine deres faglighed, bliver atmosfæren i sig selv en del af undervisningen.

Her mødes terapeuter fra hele verden ikke kun for at tilegne sig ny viden, men for at **se hinanden arbejde**, lære af hinandens hænder, stille spørgsmål, sammenligne erfaringer og forstå, hvor forskellig kroppen kan manifestere sig – og hvor vigtigt det er at tilrette vores arbejde præcist efter det.





Sprog, kultur og en voksende global familie

Jeg underviser på **engelsk, dansk og spansk**, og alt materiale findes på disse tre sprog. Fra næste år tilføjer vi også **fransk**, fordi vores internationale netværk fortsætter med at vokse naturligt.

Det betyder noget for læringen, at så mange sprog og kulturer er repræsenteret. Når en teknisk detalje forklares på flere måder, begynder deltagerne at forstå ikke kun *hvordan* man gør – men *hvorfor*. Det er netop i dette samspil, at mange får deres største gennembrud.

Workshops – fra forskningsindsigt til præcis håndværkstræning

Ugen bød på fem workshops, hver designet til at give ny forståelse og samtidig styrke det praktiske arbejde:

1. Ny forskning i demens og Alzheimer

Den nyeste forskning giver et langt mere detaljeret billede af, hvordan hjernen gradvist mister funktion ved demenssygdomme. Det handler ikke kun om hukommelse, men om forandringer i kommunikationen mellem hjernens netværk og en øget sårbarhed i det limbiske system og hjernestammen. På Træningsugen arbejdede vi med, hvordan denne viden kan omsættes til praksis i Neuro Refleks Terapi. Deltagerne fik mulighed for at se, hvordan små ændringer i sekvenser, rytme og håndposition kan påvirke klientens energiniveau og orienteringsevne. Mange oplevede, at forståelsen af "hvorfor" bag protokollerne gjorde deres arbejde mere præcist og mere roligt.

2. Behandling af ældre – særligt via hænderne

Arbejdet med ældre klienter kræver en helt særlig følsomhed. Deres væv reagerer langsommere, nervesystemet er ofte mere belastet, og kroppens ressourcer er forskellige fra yngre menneskers. Derfor brugte vi tid på at arbejde med Neuro Håndrefleks / Koreansk håndterapi og på at integrere erfaringer fra ny japansk forskning i ældrepleje. Her erfarede deltagerne, hvordan selv meget små tilretninger i tryk og retning kan skabe ro i nervesystemet, stimulere fordøjelsen og forbedre søvnkvaliteten hos ældre klienter. Det blev tydeligt for mange, at hænderne kan blive et af de mest skånsomme og samtidig mest effektive værktøjer i arbejdet med denne gruppe.

3. Øreområdet som supplerende metode

Øret er et af kroppens mest følsomme spejle. Det rummer mikrozoner, der afspejler både nervesystemet, organerne og kroppens stressmønstre. På Træningsugen gik vi tættere på ørets struktur, farveforandringer, temperatur og små mikrokontraktioner omkring brusk og hud. Deltagerne lærte, hvordan disse detaljer kan bruges som et diagnostisk supplement, og hvordan arbejdet med bestemte områder kan understøtte både vagusnerven og den overordnede regulering. Der var mange, der opdagede, hvor stærkt ørearbejde kan være, når det kombineres med behandling i ansigtet eller på fødderne.

4. Gæstelærer Elske Miles

Elske Miles fra Frankrig bragte en dybde og langsomhed ind i rummet, som gjorde stort indtryk på deltagerne. Hendes tilgang kredser om det subtile—det, der sker mellem teknikkerne og i pauserne. Hun mindede os om betydningen af at se klienten, før vi vælger protokol, og om at lytte med fingrene, så teknikken ikke blot bliver en sekvens, men en relationel handling. Elske viste, hvordan selv blide bevægelser kan skabe store forandringer, når de udføres med præcision, nærvær og opmærksomhed på klientens reaktioner. Hendes bidrag gav mange deltagere en ny forståelse af, hvad finjustering egentlig betyder i praksis.

5. Thermie-terapi – varm regulering og energiflow

Thermie-terapi er en vigtig del af Japansk Lifting, men mange bliver overraskede over, hvor dybt den kan arbejde. Varmen fra redskabet påvirker både blodcirkulation, lymfeflow og muskelspænding, men den åbner også for en meget fin kommunikation med det autonome nervesystem. På Træningsugen så vi, hvordan Thermie kan bruges både æstetisk og terapeutisk—både til at løfte ansigtet, berolige nervesystemet og forbedre vejrtrækningen. Flere deltagere oplevede, hvordan kombinationen af varme og præcis bevægelse gav klienterne en hurtigere og mere stabil regulering, end de havde forventet.

Tilretning – håndværkets hjerte

Det mest værdifulde ved Træningsugen er ofte ikke de store nyheder, men de små bevægelser:

- En justering af håndposition
- En lidt anden vinkel
- En opmærksomhed på klientens tempo
- Et skifte i rækkefølge
- En bedre aflæsning af hud, farve, tone og reaktion

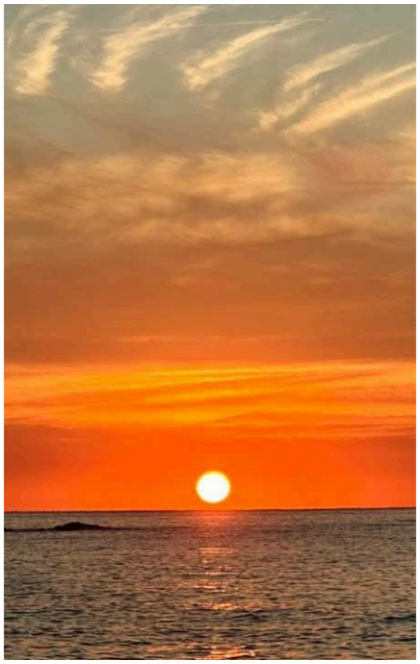
Disse finjusteringer er svære at lære alene. Man lærer dem ved at se andre – og ved selv at blive set. Mange fortalte, hvordan de efter bare få dage følte, at deres hænder “forstod” mere, end hovedet kunne forklare.

Et globalt fællesskab i udvikling

Hver eftermiddag trænede studerende fra **14 forskellige lande** sammen. Der blev sparret, sammenlignet, grinet og arbejdet intenst. Nye deltagere fra Italien og Spanien kom til, Frankrig fortsatte sin stærke udvikling, og Danmark var som altid flot repræsenteret.

Det, der slog mig mest i år, var hvor meget deltagerne gav hinanden. Bare det at stå ved siden af en kollega fra et andet land og se samme punkt udføres på to forskellige måder – og opdage, hvordan begge virker – giver en dybere respekt for både teknikken og mennesket bag.

Jeg havde mere tid end nogensinde til personlig kontakt, og det gjorde ugen helt særlig for mig. At høre deltagernes erfaringer fra deres klinikker og se dem vokse i løbet af ugen er noget af det mest meningsfulde i mit arbejde.


Markedsføring med hjerte

I år deltog også min marketingansvarlige, **Jesper Conrad**, som kort delte nogle enkle principper for, hvordan terapeuter kan formidle deres arbejde på en måde, der føles autentisk og hjertelig. Som en lille ekstra gave tilbyder Jesper både en **gratis e-bog** og et gratis webinar *"Online markedsføring med hjerte"*. Webinaret kan ses her: 👉 **https://www.jesperconrad.dk/replay-foredrag.** Flere deltagere fortalte, at det gav dem mod til at stå lidt mere frem – uden at gå på kompromis med deres værdier.

Træningsuge 2025 viste endnu en gang, hvor stærk en kombination faglighed og fællesskab kan være. Når vi arbejder tæt på hinanden, lærer vi ikke kun nye teknikker – vi lærer at se dybere, mærke tydeligere og forstå mere præcist.

Det er essensen af vores arbejde.

Og det er grunden til, at denne uge betyder så meget for os alle

Med kærlighed



Lone Sorensen

P.S. Vil du arbejde med de emner, vi arbejdede med på træningsugen i din egen praksis? I Thermie terapi: Hår & ører gennemgår jeg den japanske varmebehandling med urter på hovedhår, hovedbund og ører.

I Koreansk Neuro Håndrefleks-terapi gennemgår jeg håndens 382 nervepunkter, analysen af håndens zoner og deres sammenhæng med organer, nervesystem og hormoner.

Er du ny i metoden, er min uddannelse i Ansigtszone- og Refleksterapi fundamentet for hele metoden.

Har du spørgsmål til mine uddannelser, til indholdet eller til hvilke metoder der er relevante for dit arbejde — så er du meget velkommen til at booke et møde med mig direkte:

Book en gratis samtale med Lone