

seminar fußschule / spiraldynamik

- wie stehe ich auf meinen eigenen füßen?!
- was beeinflusst meinen stand und den gebrauch der füße?
- habe ich freude an meinen füßen?



sie möchten:

- die anatomie ihrer füße und beine begreifen
- anleitung zur selbsthilfe im alltag
- generelle vorbeugung gegen fußfehlstellungen
- die dynamik ihrer füße z.b. im yoga und im sport integrieren
- hinweise wie sie mit den besonderheiten ihrer füße umgehen
- ruhig und entspannt ihre füße spüren
- senkfuß, plattfuß, spreizfuß, hallux valgus u.a. entgegenwirken

dann melden sie sich für den fußschultag bei uns an.

termin: sonntag, 6. dezember 2015, 11:00 – 17:00 uhr

kosten: 90,00 euro

kursleitung: andrea bubos, hamburg, www.spiraldynamikhamburg.de