



HALBTAGESKURS

„Wunderwerk Fuß & Hand“

Gemeinsam analysieren wir Aufbau und funktionelle Bewegungsmöglichkeiten
unserer Füße und Hände

Wir erkennen (fehl-)belastende Gewohnheiten und lernen durch bewusste (neue)
Bewegungen das oft ungenutzte Potential neu zu entfalten

Der Schwerpunkt liegt auf Körper- und Spür-Erfahrungen - auch erlernen Sie einige
für Sie wesentliche **Spiraldynamik®** - Übungen, um diese neue
dreidimensionale Bewegungsqualität ab sofort in Ihren Alltag zu integrieren.

Für Menschen mit Beschwerden in Fuß & Hand und als Prävention geeignet.
Mit diesem Know-How nehmen Sie Ihre Gesundheit in Ihre eigenen Hände!



Freitag, 25.04.2025 von 14:00 – 17:00 Uhr
mit Fr. Dr. Brigitte Schneitler

Kosten € 99,-

im **Spiraldynamik Center für Yoga & Bodymind**
Wasserfeldstr. 17, 5020 Salzburg

Anmeldung: dr.schneitler@spiraldynamik.com

Tel.: 0681 - 814 810 67