



(m)ein FUSSTAG

Mit Wahrnehmungsschulung und Bewegungsübungen zum besseren Stand

Unsere Füße tragen uns durchs Leben - oft merken wir das erst, wenn dieses "Wunderwerk" nicht mehr reibungs-los funktioniert. Fehlbelastungen und Schmerzen sind die Folge! In vielen Fällen ist Abhilfe möglich. Noch besser Prävention!

Wollen sie ihren Füßen einen Tag widmen? Was brauchen ihre Füße? Was wollten sie schon immer über ihr "Geh-werkzeug" wissen? Wollen sie Ihren Senk-, Knick-, Spreiz- oder Hohlfüßen aktiv entgegenwirken? Wie entsteht ein Hallux valgus?

Wo soll es hingehen? Am Fußtag können sie lernen dem Potential ihrer Füße – mit diesbezüglichen Übungen - auf die Spur zu kommen.
Ganzheitliche Körperübungen sollen den Weg zu einem entspannten und kraftvollen Gehen ebnen. Spiraldynamik® kann auf diesem Weg hilfreich sein!

Kursort: Werkstatt Krähe, Westbahnstraße 7 in 1070 Wien (im Hof links, 2. Stock)

Kurszeit: Samstag, 8.7.2017 von 10 bis 17 Uhr

TeilnehmerInnenzahl: 6 bis 10 Personen

In der Kleingruppe wird das Thema individuell in Eigenverantwortung erarbeitet und abgestimmt auf die Gruppe, sodass alle profitieren können.

Kurskosten: 120 Euro

Kursleiterin: M. Mörzinger-Wunderer, Spiraldynamik® - advanced, Physiotherapeutin

Kursanmeldung ist auch direkt unter www.fuessiotherapie.at möglich!

Mit der Einzahlung des Kursbetrages (auf das PSKkonto AT 866 0000 0000 9094 196 lautend auf Monika Mörzinger-Wunderer) *und* einer schriftlichen Anmeldung sind Sie definitiv dabei!

Reihung erfolgt nach dem Datum der Anmeldung.

Stornobedingungen: 15 Euro Bearbeitungsgebühr bis 2 Wochen vor Kursstart . Danach können Sie eine ErsatzteilnehmerIn stellen oder die gesamte Kursgebühr wird fällig.

Mitzubringen: warme Socken, bequeme Kleidung und ein (Hand-)Tuch

ANMELDUNG

Bitte schriftlich: praxis@fuessiotherapie.at oder 1140 Wien, Isbarygasse16/Stiege 2/ Haus B 30;
Fax: 0043 (1) 41 97 116 Kl. 41

Ich, _____ melde mich hiermit verbindlich für den

Fußtag am 7.10.2017 an. Ich bin unter folgender Adresse _____

_____ erreichbar; meine Telefonnummer tagsüber lautet _____.

Ich bin auch per Fax _____ oder E-Mail erreichbar _____.

_____, am _____ Unterschrift: _____