

HALLUX VALGUS Übungsgruppe *JAHRESGRUPPE zum ausführlichen Üben für Betroffene*

Das regelmäßige gemeinsame Üben für gut ausgerichtete Füße inklusive der Zehen für das GEHEN ist das Hauptziel. Die einzelnen Abende haben Schwerpunkte mit viel Zeit dazwischen selbständig zu üben. Dem Potential der Großzeh(en) wird eine tragende Hauptrolle eingeräumt. Was ist selbständig Üben unter Supervision möglich? Zunehmend wird das Zusammenspiel von Füßen, Knien und Becken im Hinblick auf das Gehen vertieft.

Mit dreidimensional, anatomisch sinnvollem Ganzkörperzusammenhang flexibel und stabil zugleich durchs Leben gehen ist das Ziel.

*Das persönliche Bewegungspotential soll ausgeschöpft werden.
Die individuellen Bedürfnisse der Gruppenteilnehmenden werden in der Jahresgruppe 2019/2020 Hauptfokus sein!*

**Termine: 18. 9., 16.10., 13.11. 2019 &
11.1., 12.2., 11.3., 22.4., 13.5. & 17.6. 2020**

Zeit: 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Ort: **Zentrum im Werd**, Im Werd 6 (hinterm Karmelitermarkt), 1020 Wien

Kosten: € 350.- (nur im Block buchbar - da aufbauend)

Kursleitung: Monika Mörzinger - Wunderer, Spiraldynamik® advanced, Physiotherapeutin, Träger®Praktikerin

Mit der schriftlichen Anmeldung und der Kurskosteneinzahlung ist der Platz gesichert:

Einzahlen des Kursbetrages auf das PSKkonto AT86 6000 0000 0909 4196 lautend auf Monika Mörzinger-Wunderer mit Angabe der ausgewählten Gruppe und deren Startdatum.

Stornobedingungen: Bei kurzfristigen Absagen innerhalb der letzten 2 Wochen ist eine ErsatzteilnehmerIn zu stellen oder der Kursbetrag wird fällig.

