

Hilfe bei Rückenbeschwerden

Kurs nach Healing Humans



Du hast Schmerzen im Rücken? Du kannst dich nicht gut bücken? Du hast schmerzhaftes Ausstrahlungen in die Arme oder in die Beine? Du kannst deinen Kopf nicht gut drehen? Du hast Verspannungen im Nacken, im oberen oder im unteren Rückenbereich? Du hast oft Kopfdruck?

Dann ist dieser Kurs dein Wendepunkt!

Lerne die Zusammenhänge im Körper kennen und verbessere deine Wirbelsäulen-Problematik mit entsprechender Anleitung:

- Die Funktion der Wirbelsäule
- Der Einfluss der myofaszialen Ketten auf die Wirbelsäule
- Die Wirkung von Mobilisationstechniken
- Die Wirkung von Kraft- und Stabilisationstechniken

Kurs für 4 Teilnehmer

Inhalt: Theorieteile und Praxisteile mit Übungsanleitungen

Dauer: 4 Einheiten á 60 Minuten

Preis: 159,00 Euro incl. MwSt.

Anfragen bitte per Whatsapp oder Mail (s. unten)

Aktuelle Termine auf der Homepage buchbar (s. unten)



Susanne Baumgärtner, Bewegung und mehr
Schulstr. 10, 76297 Stutensee
Mobil: 0177 8180671
Email: info@bewegungundmehr.com
Homepage: www.bewegungundmehr.com