



PeWe-Gesundheitstraining

Eva Merki Spiraldynamik® Fachkraft Level Intermediate
Tel. 076 400 65 48 www.pewe-gesundheitstraining.ch

Entspannen, ausrichten & stabilisieren

Fusstraining

Ein neues Boden und Laufgefühl

Knickfüsse, Spreizfüsse, Hammerzehen oder schiefe Grosszehen (Halluxvalguas) sind häufige Erscheinungsbilder des menschlichen Fusses. **Dabei spielt die genetische Veranlagung eine Rolle. Der Gebrauch der Füsse jedoch eine noch grössere.**

Es ist nie zu spät, aktiv und eigenverantwortlich etwas für seine Fussgesundheit zu tun. Mit alltagspraktischen Übungen nach den Prinzipien der Spiraldynamik kannst du Fehlstellungen von Grund auf entgegenwirken. Das Erscheinungsbild deiner Füsse verbessern und Schmerzen loswerden.

Hol dir einen starken Auftritt für deine Füsse!

Tag: Freitag
Daten: 09.+16.Mai, 06., 13., 20. + 27. Juni
Zeit: **09.00 - 10.30 Uhr**
Kosten: 6 Lektionen **CHF 240**

Kursort: Bewegungsraum, Dorfswisstr. 14, 8165 Schöfflisdorf

Allgemeine Bedingungen: Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Bewegungen werden wo nötig, mit meinen, führenden Händen unterstützt. Wir arbeiten an den nackten Füßen. Die Unfallversicherung ist Sache des Teilnehmers.

Bezahlung: Der Kurs wird mit meiner Bestätigung kostenpflichtig und ist vor Trainingsbeginn zu begleichen. Die nicht wahrgenommenen Lektionen können nicht zurückerstattet werden.

Anmeldung an: Eva Merki, Surbgasse 6, 8165 Schöfflisdorf
oder über: www.pewe-gesundheitstraining.ch/gruppen/fusstraining/

..... Hier abtrennen

Anmeldung: Bewegungstraining **Füsse**

Name/Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Email: _____ Tel.: _____