



!!! TAGESKURS !!!

GANG-SCHULUNG aus Sicht unserer „wirbelnden Säule“

Gemeinsam entdecken wir die Bewegungsmöglichkeiten unserer Wirbelsäule, um dann nicht „nur“ in der Statik, sondern auch in der (Spiral-)Dynamik den scheinbaren Widerspruch leichter, freier Beweglichkeit bei gleichzeitiger Stabilität & (Gang-)Sicherheit zu erleben – eine wahre Meisterleistung unseres Wunderwerks Körper...!

Wir lernen verschiedenste Bewegungsimpulse kennen, die uns „ins Gehen bringen“ können - um immer mehr zu unserer „ergonomischen“ Bewegungsfreude aus Kindheits- und Jugendtagen (zurück) zu finden...

Für alle die mehr „Ergonomie“ & Leichtigkeit im Gehen erleben möchten

Fr. 20.3.2026 von 10 - 17 Uhr

mit Fr. Dr. Brigitte Schneitler

Kosten € 199,-

im **Spiraldynamik Center für Yoga & Bodymind**

Wasserfeldstr. 17, 5020 Salzburg

Anmeldung: ordi@dr-schneitler.at oder 0681 814 810 67

