

DIE GYROKINESIS®

METHODE

KURSREIHE AN 10 ABENDEN MIT SUSANNE FREY



Kursstart

Montag 03.02.2025
18:30 - 19:30 Uhr

Kursreihe

10 Abende
jeweils
Mo 18:30 - 19:30 Uhr

Wo

Private Arztpraxis
Dr. med. Irmgard
Kampschulte
Burghausen

Kosten

200 € für 10 Abende

Gyrokinesis verbindet Erkenntnisse der modernen Bewegungslehre mit jahrtausendealtem fernöstlichem Wissen über das sensible Zusammenspiel von Körper und Geist. Das Konzept betrachtet die Wirbelsäule als Hauptelement für die Wiederherstellung des allgemeinen Wohlbefindens.

Gyrokinesis trainiert systematisch und sanft Gelenke und Muskeln durch rhythmische wellenförmige Bewegungen. Die begleitenden Atmungsmuster stimulieren das Nervensystem, regen den Stoffwechsel an und fördern die Konzentration.

Die fließenden dreidimensionalen Bewegungsabläufe bauen Verspannungen im Körper ab. Intelligent und intuitiv werden ganze Muskel- und Fasziennketten angesprochen und verbessert damit die Beweglichkeit, optimale Körperspannung und Koordination. Das Ziel ist, diese verbesserten Bewegungsabläufe in den Alltag einzubauen. Dadurch lassen sich effektiv Schmerzen und Verspannungen verhindern.

Wir freuen uns auf dich!



Jetzt anmelden

+49 8677 / 9186555
info@burghausen-tcm.de

Marktlerstraße 14
84489 Burghausen

Von Privaten Krankenkassen ist voraussichtlich eine Erstattung möglich.

