

Fuss-Pflege

Die Füße sind ein Wunderwerk der Natur: einerseits sind sie ganz feine Boden-Sensoren und sehr differenziert bewegliche Gleichgewichts-Regulatoren und gleichzeitig müssen sie das ganze Körpergewicht nehmen und starke Stöße abfangen können.

An diesem Wochenende kümmern wir uns mit Bewegung und Selbstbehandlung um die eigenen Füße – ihre Wahrnehmung, ihre Koordination und Ausrichtung, ihre Kraft und Beweglichkeit

Fr. 13.05. 20 – 21 Uhr, **Sa 14.** 10-16 Uhr, **So 15.05.** 10 – 12 Uhr
im Netzwerk, Häberlstr.17, 80337 München

Kosten: € 160 / Frühbucher(bis 14 Tage vorher): € 144

Anmeldung bei Ingo Herbst /089-22802464 / info@herbstkrais.de