

Sie möchten an ihrer Haltung etwas ändern ?

Ballengang - Barfuß - Workshop

mit Willibald Preßler

Die Wieder-Entdeckung des Ballengangs



Der Ballengang- im Gegensatz zum gewohnten Fersenschritt- ist eine tänzerisch verspielte in uns verschüttete Gehweise, die den Körper aufrichtet und öffnet.

Was ist das eigentlich - Ballengang?

Beim Gehen über die Ferse werden bei jedem Schritt circa 50 Kilo in die gesamte Gelenk- und Knochenkette übertragen. Der Fersenstoß erschüttert nicht nur die Wirbelsäule und Gelenke, sondern auch alle Organe. Das führt nach einigen Kilometern bei vielen Menschen zu körperlichen Problemen.

WANN: SAMSTAG, 17. NOVEMBER 2018

ZEIT: 9.00 - 17.00 UHR

WO: HAUS DER PFARRE

ENERGIEAUSGLEICH: € 100.00

Anmeldung erbeten: Tel. 0664/75075081

Limitierte Teilnehmerzahl von 10 Personen.