



Einführungskurs Spiraldynamik®

Fuß-Knie-Hüftgelenk

Sa. 7. Februar 2026, 10-17 Uhr in Bretten

Erleben Sie Ihre eigene Bewegungsvielfalt als Geniestreich der Natur mit Entfaltungspotential.

Entdecken Sie neue Perspektiven in der Therapielandschaft.

Stabiler und dynamischer werden durch „gewußt wie“

Der Fuß beginnt im Becken und hat Auswirkungen auf das Knie- und Hüftgelenk. Anatomisches und funktionelles Wissen über strukturelle Zusammenhänge bereitet uns den Weg aus Fehlstellungen und Beschwerden heraus. Bewusstseinsschulung, Übungen zur Integration in Alltagssituationen wie Stehen, Sitzen, Gehen und Mobilisierungstechniken helfen uns dabei.

Kursort: Bewegungswerkstatt Ohnesorge

Sophie-Scholl-Str.20,
75015 **Bretten**

Kurskosten: 150€

Anmeldeschluss 30. Januar 2026

Kurszeiten: 7. Februar, 10-17 Uhr

Kursleitung: Carolyn Ohnesorge

Max. Teilnehmerzahl: 18

Kursinhalt

- Überblick über das Bewegungs- und Therapiekonzept der Spiraldynamik®
- Anatomischer Bauplan im Kontext von Evolution und Entwicklung
- Ableiten der Spiraldynamik® Prinzipien
- Potential und Störungen des Bewegungssystems
- Aufzeigen der interdisziplinären Anwendung in Pädagogik, Alltag und Therapie sowie künstlerische Anwendungen: Körpersprache, Ausstrahlung
- Wahrnehmungsschulung: eigene Defizite erkennen und verändern
- Bewegungsführung: Spiral- und 8er-Bewegungen
- Integration in den Alltag
- siehe auch:
spiraldynamik.com

Anmeldung und Informationen: Bewegungswerkstatt Ohnesorge

Sophie-Scholl-Str.20, 75015 Bretten, Tel.: 07252/ 84472

www.bewegungswerkstatt-ohnesorge.de

kontakt@bewegungswerkstatt-ohnesorge.de

Leitung: Carolyn Ohnesorge

Spiraldynamik Dozentin und liz. Kompetenzpartnerin
Dipl.Tanzpädagogin (ARS), .Matrix Health Partner, Klavierlehrerin

Lebensfreude durch Beweglichkeit