



 Beauty und Wellness

Anatomie in Bewegung: Füße, Becken, ISG, Beckenboden

Die Fußstellung bestimmt wie ein Dominoeffekt auch die Haltung des übrigen Körpers. Kippen die Fußinnenseiten z.B. nach innen, kippen auch die Knie nach innen, das hat wiederum Auswirkungen auf die Stellung der Hüftgelenke. Die Hüfte ist Basis der Wirbelsäule etc.!

Während 98 Prozent der Menschen mit gesunden Füßen auf die

Welt kommen, leiden im Erwachsenenalter über 60 Prozent unter anatomischen Fußproblemen, wie z.B. dem Hallux Valgus.

Wir erarbeiten und erspüren, wie sich eine gesunde Fußhaltung und Fußbewegung anfühlen kann. Wie geht Gehen richtig?

Das Becken überträgt beim Stehen und Gehen das Gewicht des Rumpfes auf die Beine. Beckenbodengesundheit ist essentiell für unsere Vitalität.

Es werden fundierte Übungen für die Füße, den Rücken, das Becken und den Beckenboden gelehrt.

Dieser Kurs ist für Trainer und Therapeuten, sowie Fachkräfte aus dem Wellnessbereich geeignet, um das Wissen bezüglich Fuß- und Beckenanatomie mit geeigneten Übungen zu vertiefen.

Termine

Fr, 31.07.2026

10:00–18:00 Uhr

Sa, 01.08.2026

10:00–18:00 Uhr

Preis

320,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Mönchengladbach
Hindenburgstr. 34/Ecke Krichelstr. 21

41061 Mönchengladbach

Tel. 02161-20 40 51

Seminarnummer

SSH41310726

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 02.05.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.