

Ganzheitliches Fußtraining

Fußgesundheit

NATURHEILKUNDE



werden.

Oft wenig beachtet, eingesperrt in Leder und Synthetik, sind doch unsere Füße ausschlaggebend für unseren Lebensweg, soweit sie uns tragen. Viele Beschwerden können durch ungesundes Schuhwerk und generell vernachlässigte Füße nachgewiesen

Wir laufen in einem Menschenleben ca. 200 Mio. Schritte und umrunden damit zwei Mal den Erdball. Wäre es da nicht angemessen, unseren Füßen eine tägliche Regulation zukommen zu lassen? So wie das Zähneputzen nach den Mahlzeiten?

Folgende Schwerpunkte werden Sie in diesem Seminar erleben:

- Entwicklung und Anatomie des Fußes
- Richtiges Schuhwerk
- Richtiges Gehen und Stehen
- Checkliste: So sieht ein gesunder Fuß aus
- Ursachen und Symptome bei Fußschmerzen
- Zahlreiche Übungen für den Alltag
- Spezieller Übungsteil bei Fußfehlstellungen
- Barfuß gehen und trainieren
- Wellness für die Füße

Die angebotenen Übungen sind unkompliziert, leicht durchführbar und für jedes Alter geeignet. Sehr schnell stellen sich Veränderungen und ein neues "Fußwohl Gefühl" ein.

Wenn Sie drei Tage Freude am praktischen Lernen, Anwenden und Selbstveränderung erleben möchten, sind Sie hier in dieser Fachfortbildung richtig.

Sie richtet sich besonders an Podolog/innen, Fußpfleger/innen, Physiotherapeut/innen und Heilpraktiker/innen; aber auch im Wellnessbereich tätige Behandler/innen, die über das „Aufwecken“ der Füße ganzheitliches Wohlbefinden ihrer Kund/innen, Patient/innen erlangen möchten.

Bitte mitbringen: 1 kleine Decke, 1 großes und ein kleines Handtuch, 1 Beutel mit kleinen runden Steinen, 1 Blackroll Twister (alternativ 1 halbiertes Tennisball), 1 geschlossenes Trainingsband (alternativ Gummiband), 2 Therabänder, 1 kleine Faszienrolle, 2 Balancepads, 1 Igelball, 1 Springseil, 1 Flummi, 1 Sportmatte.

Dozent/in Julie van Wart: 1970 in Kanada geboren, kam Julie van Wart 1992 nach Berlin und entdeckte 2001 ihre Leidenschaft für Massage und Entspannungstherapie. Sie bildete sich in verschiedenen Formen der Körperarbeit weiter, darunter Reiki, Lomi Lomi, Fußreflexzonenmassage. Nach vielen Jahren der Massage- und Entspannungsarbeit begann Julie van Wart dann 2015, Körperarbeit zu unterrichten, beginnend mit Entspannungstechniken und dann weiterführend zu allen verschiedenen Arten von Massage und Körperarbeit.

Termine:

Fr. 27.06.2025

10:00-17:00 Uhr

Sa. 28.06.2025

So. 29.06.2025

jew. 09:00-16:00 Uhr

Preis:

410,- Euro *

Paracelsus
Gesundheitsakademie
Hallerstraße 3-6
Dipl.-Kfm., Heilpraktiker für
Psychotherapie
10587 Berlin
Tel. 030 - 89 09 21 93

Seminarnummer:

SSH10270625

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

