



Grundlagen Myofascial Foundation Level 1 - deutsch

Movement 1	Anatomy 1	Touch 1
03.-05.12.2021	07.-09.01.2022	18.-20.02.2022
Die Dynamik der Körperhaltung	Support vom Fuß und Bein ins Becken	Entdecken des Fasziennetzwerkes von den Füßen zum Becken
Movement 2	Anatomy 2	Touch 2
18.-20.03.2022	22.-24.04.2022	20.-22.05.2022
Die Dynamik des Atmens	Expression durch Hand, Arme Gesicht und Schultern	Erspüren der faszialen Zusammenhänge im Oberkörper
Movement 3	Anatomy 3	Touch 3
24.-26.06.2022	15.-17.07.2022	26.-28.08.2022
Die Dymanik des Gehens	Zentrale Strukturen - Wirbelsäule, Bauch und Rumpf	Arbeiten mit dem Fasziennetz des Rumpfes