

PNF

Ikk - anerkannt / EAP - erforderliche Qualifikation

Philosophie des PNF

gezieltes Wecken von Ressourcen und Potentialen, Prinzip der Funktionalität, spezielle Techniken und Behandlungsverfahren: Bewegungsanbahnung, Verbesserung der muskulären Balance, der Ausdauer, des Bewegungsausmaßes, der Koordination und Kraft. Individuelle Kombination von Widerstand und Irradiation.

Weitere Schwerpunkte

Mattenprogramm, Gehschulung, Atmung, Facio-Oraltrakt, Extremitätendiagonalen, Transfer der therapeutischen Übungen in die Funktionalität des Alltags, Anleitung zu Eigenübungen und Selbstwahrnehmung

Referentin

Biggi Mayer
PT, IPNFA-Instruktorin