

Introduktionskurs i Reflexologi och fotrörelse



Dina fötter påverkar allt du gör. All rörelse börjar i fötterna, liksom hållning och stabilitet. Om vi vill arbeta med hela kroppen och hela hälsan, behöver vi inkludera fötterna. Möt inspirerande Pa Sandeberg under en helgkurs, och lär dig om fötternas roll i hela kroppens mående. Det som händer i våra fötter händer i kroppen.

Kursen är för dig som redan arbetar som terapeut och vill bredda din verktygslåda, eller för dig som funderar på om en yrkesutbildning i reflexologi - zonterapi - fotrörelse kan passa just dig. Pa och Sabine planerar att erbjuda en sådan utbildning, och denna introduktionskurs ger försmak vad det kan innebära.

Vi kommer att gå igenom:

- Fotförståelse. Hur foten är uppbyggd och hur den är tänkt att fungera.
- Punkter och reflexzoner. Hur du kan påverka hela kroppen genom att trycka, massera och skapa rörlighet i foten.
- Rörelse. Hur vi kan minska risken för blockeringar, obalanser, stress och stressrelaterade åkommor, och hur vi slipper det som brukar kallas för ålderskrämpor, genom att återuppväcka fotens och kroppens rörelse och rörlighet.

Du får med dig:

- Nya perspektiv på kroppen, rörelse, träning och hälsa.
- Konkreta övningar och rörelser.
- Grundläggande förståelse för fotens signaler, och konkreta handgrepp för att påverka samma signaler.
- En försmak på hur du terapeutiskt kan använda fotreflexologi och fotrörelse.

"Fötter är rörelse, rörelse är liv. Hur vi rör oss är faktiskt hur vi lever våra liv."

Pris: 2900:- + moms

Tid: 30 nov + 1 dec 2019, klockan 9-17 båda dagarna

Plats: Stockholm/Odenplan, Frejgatan 32

Innehåll på plats:

Bonus: Ett webinar med Pa 2 veckor efter kurs, ett handledningstillfälle, så att du kan ställa ev frågor när du hunnit använda reflex-punkterna och för att Pa kan ge lite extra input till dig 😊