

INFORMAČNÍ KURZ SPIRALDYNAMIK®

Informační kurz seznamuje a informuje o tom, co je koncept Spiraldynamik®.

Cíl

Na základě konkrétních příkladů a vlastních zkušeností umožní kurz proniknout do pohybového a terapeutického konceptu a uvědomit si 3D pohyb i 3D anatomii.

Získáte nové impulzy ve vnímání pohybu a jeho učení a také „návod k použití vlastního těla“ – sebezpoznáním pohybu ve svém těle a integrací nových poznatků do každodenního života.

Cílové skupiny

- **Med:** pro lékaře, fyzioterapeuty, ergoterapeuty
- **Move:** učitele pohybu, trenéry (jóga, sport, pilates, fitness atd.)
- **Umění:** tanec, herectví, hudba apod.

Obsah kurzu

- Úvod do Spiraldynamik®
- Informace k principům pohybu a 3D anatomie
- Vnímání a zkoušení pohybu ve vlastním těle a integrace do všednodenních činností
- Hledání optimálního koordinovaného pohybu

Téma

Téma je vždy zaměřeno a „ušito na míru“ pro danou cílovou skupinu.

- Trup, páteř (axiální napřímění)
- Noha (spirální sešroubování)
- Dolní končetina (osová stabilita) apod.

Vedení kurzu

Odborník ve Spiraldynamik® od stupně vzdělání Spiraldynamik® Level Advanced

Počet účastníků

Max. 24

Rozsah

- 1–2 dny (6–12 vyučujících hodin)
- 3–6 hod. denně
- formou přednášky či workshopu, popř. jejich kombinací

Pozn. Informační kurz Spiraldynamik® nenahrazuje kurz Spiraldynamik® Basic, ani žádný jiný stupeň vzdělání ve Spiraldynamik® a nedává oprávnění nabízet Spiraldynamik® v terapii nebo v učení pohybu.