

Was ist Spiraldynamik®?

Ganz einfach: Eine Gebrauchsanweisung für den eigenen Körper - immer und überall anwendbar. Spiraldynamik® ist ein anatomisch begründetes Konzept menschlicher Haltung und Bewegung, für Kinder und Erwachsene, für Sportler und Patienten, für Bewegungsmenschen und Bewegungsmuffel: Spiraldynamik® bietet für jedermann neue Möglichkeiten körperlicher Optimierung ohne medizinische Eingriffe.

Spiraldynamik® Konzept

Ungünstige Haltungs- und Bewegungsmuster werden exakt identifiziert und gezielt geändert. Dies ist die Voraussetzung für langfristige Veränderung. Genau hier setzt das Spiraldynamik® Konzept an. Sie werden instruiert und Schritt für Schritt lernen Sie eine neue Körpersprache und wie Sie sich im Alltag, bei der Arbeit oder beim Sport richtig bewegen können. So bekommen Sie Ihr Problem besser in den Griff.

Spiraldynamik® Therapie – einige Beispiele

Fuß: Knickfuß, Senk-Plattfuß, Spreizfuß, Hallux valgus, Achillodynie, Misstritt Sprunggelenk

Knie: Kreuzbandriss, Meniskusläsion, Patellaluxation, Läuferknie, Kniegelenk-Arthrose

Hüfte: Traktus-Syndrom, Trochanter-Syndrom, Piriformis-Syndrom, Hüftgelenk-Arthrose

Becken: Beckenschiefstand, ISG-Beschwerden, Beckenboden

Kreuz: Kreuzschmerzen, Ischias-Schmerzen, Bandscheibenvorfall, Wirbelgleiten

Brustkorb: Rundrücken, Flachrücken, Skoliose

Nacken: verspannter Nacken, Bandscheibenvorfall, Schleudertrauma, HWS-Arthrose

Schulter: verspannte Schulter, Schulter Impingement, Schulterschiefstand, Schulterluxation

Ellbogen: Tennisellbogen, Golferellbogen

Hand: Karpaltunnel-Syndrom, Handgelenk-Arthrose, Finger-Arthrose, Rhizarthrose

**Für weiterführende Informationen gibt Ihnen Ihre Physiotherapeutin
Céline Meier-Jotterand gerne Auskunft.**

EMR-Nummer 37939 / ZSR-Nummer Q578363

Lektion

Jeder Teilschritt der Lektion ist einleuchtend, fühlt sich richtig an und kann zu Hause selbständig geübt werden. Physiotherapie und Spiraldynamik® können kombiniert werden und ergänzen sich. Konzept und Arbeitsweise sind ganzheitlich.

Mehr über Spiraldynamik® unter www.spiraldynamik.com

Im Detail

Dauer/Kosten:

60 Minuten CHF 155.-

Darin eingeschlossen sind 10 Minuten für Dokumentation und Wechselzeit.

Rechnungsstellung:

Der Betrag wird Ihnen direkt in Rechnung gestellt. Je nach Versicherung ist Spiraldynamik® durch eine Zusatzversicherung gedeckt. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über ihre individuellen Versicherungsleistungen.

Wenn Spiraldynamik® mit Physiotherapie kombiniert wird, benötigt der Physiotherapie-Anteil von CHF 47.- eine ärztliche Verordnung und wird direkt von der Grundversicherung bezahlt. Der Spiraldynamik®-Anteil von CHF 108.- wird Ihnen in Rechnung gestellt.

Absagen:

Kurzfristige Absagen < 24 Stunden werden in Rechnung gestellt.

**Für weiterführende Informationen gibt Ihnen Ihre Physiotherapeutin
Céline Meier-Jotterand gerne Auskunft.**

EMR-Nummer 37939 / ZSR-Nummer Q57863