

Was ist Spiraldynamik®?

Ganz einfach: Eine intelligente Gebrauchsanweisung für den eigenen Körper. 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.

Typische Indikationen: eine Auswahl

Rückenprobleme: Hexenschuss, Bandscheiben, Instabilität, Skoliose, Bechterew, Osteoporose

Nackenprobleme: Nackensteifigkeit, degenerative Abnutzung, Schleudertrauma

Schulterprobleme: Sehnenverkalkungen, Rotatorenmanschette, habituelle Luxationen

Hüftprobleme: Hüftarthrose, Überlastung Knorpellippe, Schnapphüfte

Knieprobleme: Meniskus, Fehlstellungen der Kniescheibe, Kniescheibe-Luxation, Arthrose

Fußprobleme: Knickfuß, Senkfuß, Plattfuß, Hohlfuß, Spreizfuß, Hallux valgus, Krallenzenen

Neurorehabilitation: Gangunsicherheit, Gleichgewichtstörung, Spastik

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

Spiraldynamik

intelligent movement

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 130.—

Darin eingeschlossen sind 10 Minuten für Dokumentation und Wechselzeit.

Rechnungsstellung:

Der Betrag wird Ihnen 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 83.— wird Ihnen in Rechnung gestellt.

Absagen:

Kurzfristige Absagen < 24 Stunden werden in Rechnung gestellt.