



Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei

Susanne Kinzelmann-Gullotta

Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei Susanne Kinzelmann-Gullotta

 [Download Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und R ...pdf](#)

 [Online lesen Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei Susanne Kinzelmann-Gullotta

176 Seiten

Pressestimmen

»Zahlreiche, gut erklärte Übungen physischer und energetischer Art sowie Fussmassagen helfen, Fußproblemen entgegenzusteuern, die Muskeln zu stärken und den ganzen Körper wieder besser zu spüren.«

(*Yoga! Das Magazin*) Kurzbeschreibung

Unsere Füße sind die körperliche und energetische Basis unseres Organismus. Werden sie stiefmütterlich behandelt, kommt es zu den unterschiedlichsten Fußbeschwerden, die auch unser seelisches Wohlbefinden beeinträchtigen. Susanne Kinzelmann-Gullotta hat eine ganzheitliche Bewegungs- und Wahrnehmungsschulung entwickelt, die es in kurzer Zeit ermöglicht, die Füße zurück in ihre natürliche Beweglichkeit und Schwingung zu versetzen. Das Kernstück bilden leicht erlernbare Übungen, die das Fußgewölbe stärken, die Statik verbessern und die Wirbelsäule entlasten. Wir tanken Energie, Stress und Blockaden lösen sich auf – sodass wir wieder mit beiden Füßen fest im Leben stehen können.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Susanne Kinzelmann-Gullotta ist Tänzerin, Yogalehrerin und Körpertherapeutin. Weil sie während ihrer Tanzausbildung selbst massiv unter Fußproblemen litt, begann sie schon in jungen Jahren, die Füße umfassend zu erforschen. Ende der 1990er-Jahre entwickelte sie eine ganzheitliche Fußschule und den Spiralwellenprozess. Ihr umfangreiches Wissen gibt sie in eigener Praxis sowie in Ausbildungszyklen weiter. Download and Read Online Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei Susanne Kinzelmann-Gullotta #D1PRJ73TSMX

Lesen Sie Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta für online ebook Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta Bücher online zu lesen. Online Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta ebook PDF herunterladen Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta Doc Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta Mobipocket Die Yoga-Fußschule: So werden Füße, Beine und Rücken wieder schmerzfrei von Susanne Kinzelmann-Gullotta EPub