

# Füße und deren Gebrauch

Feldenkrais mit Doris Dohse



Intensivtag

**16. September von 11:30h bis 17:30h**

**Adelheid Seminarhaus-Adelheidstraße 82 mit  
Tonspur/ Online/Live Teilnahme**

Gebühr: 80€

**Anmeldeschluss: 10. September 2023**

Wie kann man die Füße besser spüren lernen? Die Aufrechterhaltung des Gewölbes verhindert das Absenken des Vorderfußes. Alle 27 Knochen im Fuß können benutzt werden, um den Füßen eine Stoßdämpfer-Qualität zu verleihen? Wie verteilen sich die Stützpunkte über die Fußsohle beim gehen? Wie funktioniert die Bewegungskette von den Füßen über die Knie zum Becken und weiter nach oben ...

Die Beweglichkeit und Sprungkraft unserer Fußgelenke und Füße beeinflussen maßgeblich unsere Aufrichtung und die Leichtigkeit des Gehens.