



ANATOMY IN THREE DIMENSION

Mit Bea Eggimann und Xenia Marbler

Core and Spine

mit den Strukturen: Wirbelsäule, Rückenmuskulatur, Zwerchfell, Rückenfaszie mit Bauchmuskulatur, Beckenboden

Nutze den Anatomy In Three Dimensions-Workshop, um dein Verständnis der Schlüsselemente des Rumpfes und der inneren Bauteile des Körpers zu vertiefen.

An einem speziell entwickeltem Skelett baust du das Zwerchfell, die tiefen Spinalmuskeln, den M. erector spinae, den Beckenboden und die Bauchmuskulatur, um ein klares Verständnis über die Zusammenhänge der inneren Muskulatur und ihrer Wichtigkeit in der lumbosacralen Stabilisation zu erlangen. Eine Bewegungssequenz ermöglicht dir das Gelernte direkt in Bewegung um zu setzen und rundet diesen spannenden Tag ab.



