



ANATOMY IN THREE DIMENSION

Mit Bea Eggimann und Xenia Marbler

Lower Extremity

mit den Strukturen: Knie, Oberschenkel, Hüfte, Becken, Iliopsoas, Beckenboden

Verwende das Anatomy In Three Dimensions-Konzept, um dein Verständnis der Knie, Hüft- und Oberschenkelmuskulatur zu vertiefen. Lerne wie sie zusammenarbeiten, um Stabilität, Mobilität und Kraft im Unterkörper zu ermöglichen. Wir werden die Schlüsselpunkte des Beckens, Knies, der Hüfte, des Oberschenkels wiederholen und alle Muskeln dieser Region an einem speziell entwickelten Skelett aufbauen. Du wirst eine klare dreidimensionale Ansicht der Zusammenhänge dieser Region erhalten und davon, wie die Muskeln und Gelenke in diesem Gebiet arbeiten, verlaufen und sich daraus eine funktionelle Bewegung entwickeln kann. Eine Bewegungssequenz ermöglicht dir das Gelernte direkt in Bewegung umzusetzen, was diesen spannenden Tag abrundet.



