

## **Spiraldynamik®**

Die Spiraldynamik® ist ein anatomisch begründetes Bewegungs- und Therapiekonzept, eine Gebrauchsanweisung für den Körper. Sie wird aktiv bei Beschwerden des Bewegungsapparates eingesetzt. Der 3-dimensionale Bauplan unseres Körpers wird gezielt für die Optimierung von Bewegungsabläufen genutzt. So werden Stabilität und Beweglichkeit gefördert und Gelenke achsengerecht belastet. Dies führt schliesslich auch zur Schmerzreduktion und ökonomischer Bewegung.