

# Kinesiologie für den Alltag



*Der Körper sagt mehr, als Worte ausdrücken können.*

**Mittwoch, 20. Januar 2021** A: 9:30 – 12 Uhr / B: 18:15 – 20:45 Uhr

**Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich**

**Inhalt:** Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode zur körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheitsförderung. Sie unterstützt Blockaden zu lösen, stressresistenter zu werden und das Wohlbefinden zu verbessern. Die Methode ist für Erwachsene und Kinder geeignet.

**Ziele:** Die Teilnehmenden können...

- den Begriff Kinesiologie und die Grundlagen einordnen.
- einfache Übungen für den Alltag erlernen.
- Fragen klären und den Austausch pflegen.

<b>Zielgruppe</b>	für alle interessierten Personen
<b>Kursleitung</b>	Michael Just, Dipl. Kinesiologe, <a href="http://www.samewa.ch">www.samewa.ch</a>
<b>Kommunikation</b>	Deutsch mit Gebärdensprachdolmetschen
<b>Kosten</b>	Fr. 5.- pro Person
<b>Anzahl</b>	5 - 20 Personen

**Anmeldeschluss** **6. Januar 2021** an [z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch](mailto:z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch)



Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich  
[www.sichtbar-gehoerlose.ch](http://www.sichtbar-gehoerlose.ch)