



## Kinderrückenschule

### Inhalt:

In den ersten Lebensjahren wird die Körperhaltung entscheidend geprägt.

Der Wechsel von Kindergartenalltag zum Schulkind greift massiv in natürlichen Bewegungs- und Spieldrang der Kinder ein.

Von außen wird das Spielkind (Kindergartenkind) überwiegend zum Sitzkind (Schulkind).

Mit der Kinderrückenschule wird den Kindern eine Brücke gebaut, ihren Bewegungsdrang und die Körperhaltung rückenfreundlich zu gestalten. Das Bewusstsein für den gesamten Körper wird gestärkt. Anhand von einfachen (kindgerechten/altersgerechten) Grundlagen der Anatomie, Physiologie der Wirbelsäule (WS) werden die Kinder informiert und trainiert.

So kann effektiv, präventiv (vorbeugend) Rückenproblemen entgegengearbeitet werden.

**Der Kurs dauert 10 Stunden und kostet 80,-€**

**Alle gesetzlichen Krankenkassen unterstützen den Kurs und erstatten bis zu 100% der Kursgebühr.**