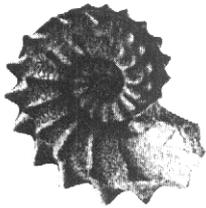


Eine 3-D Schule für Körper und Füße - die Spiraldynamik

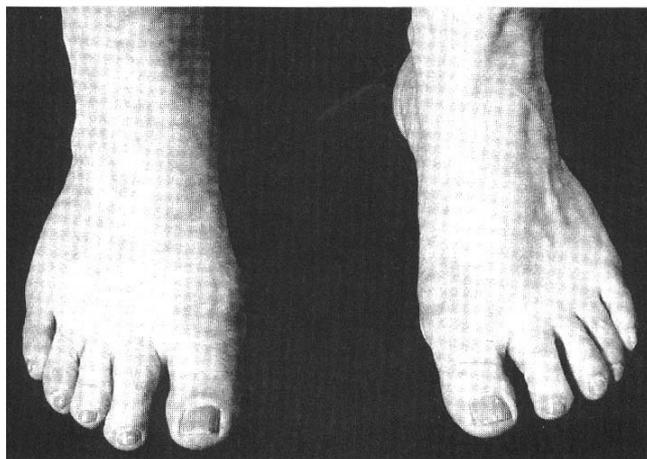
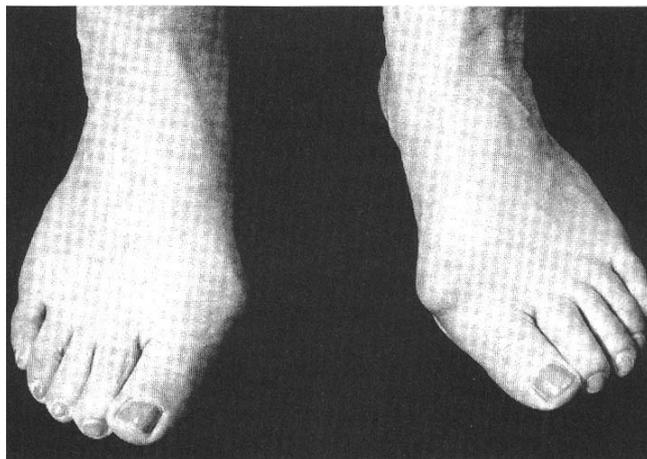
Erika van Gorkom



Schon die Bezeichnung „Spiraldynamik“ weckt Neugierde und Interesse. Das Konzept der Spiraldynamik wurde von dem Schweizer Arzt Dr. Christian Larsen in Zusammenarbeit mit der französischen Physiotherapeutin Yolande Deswarte entwickelt. Es basiert auf zwei in der Natur zu findenden Mustern: Der Spirale und der Welle.

Die Spirale ist eine Urform der Entstehung des Lebens. Zusammen mit der Wellenform untersteht sie dem Prinzip Bewegung und Entwicklung. In der Natur, im Universum, und im genetischen Code, der DNS trifft man auf diese Formen. Diesem dreidimensionalen Bewegungsablauf gehorchen auch die Gelenke, miteinander verbundene Muskeln, Sehnen, Bänder und damit folglich der gesamte Bewegungsapparat des menschlichen Körpers. Diese natürlichen Gesetzmässigkeiten liegen der Arbeit der Spiraldynamik zugrunde. In sich verschraubte Knochen, spiralig verlaufende Muskeln, die Wirbelsäule, sie alle geben Zeugnis davon, dass sich die Grundformen des Makrokosmos im Mikrokosmos wiederfinden. Wenn man diesen Gedanken weiterverfolgt, müssen logischerweise zum anatomisch richtigen Gebrauch des Körpers diese Gesetze auch zutreffen.

Solange man einen beschwerdefreien und funktionierenden Körper hat, denkt kein Mensch an eine Koordinations- oder Körperschulung oder daran, irgend eine Therapie in Anspruch zu nehmen. Für die Spiraldynamik jedoch ist es nie früh genug und nie zu spät.



Vorher - Nacher

durchaus noch verändern, „im fortgeschrittenem Alter ist allerdings etwas mehr Zeit und Geduld nötig“, so Dr. Larsen. „Ich war überrascht, wie schnell sich Auffälligkeiten zurückbilden“ sagt die Spiraldynamik-Spezialistin Monika Gruber, „und die Menschen ohne Schmerzen und Einlagen leben können.“ Monika Gruber aus Salzburg arbeitet seit sechs Jahren nach dieser Methode.

Richtig bewegte Füße schonen die Gelenke und grenzen Spätfolgen und weitere damit verbundene

Um das Prinzip räumlich zu begreifen und auf die eigene Bewegungsabfolge umsetzen zu lernen, wird in der Therapie mit visueller Unterstützung gearbeitet. Zwei Bälle, die sich gegenseitig zugeworfen werden, veranschaulichen dies. Die Muster lassen sich beim Üben dann auf die bestimmten Körperbereiche besser übertragen, z.B. auf die Becken-, Schulter-, Fuss- oder Thoraxbewegung. So werden dem Patienten Fehlhaltungen bewusst gemacht. Hieraus wird ein persönliches Konzept entwickelt, das Alternativen aufzeigt und Übungen der dreidimensionalen Art anbietet. Der Patient muss sich das Gespür für die richtige Bewegung erarbeiten und in den Alltag übertragen.

Die Tiefenbereiche, wie Bänder, Muskeln und Knochen werden vom Therapeuten manipuliert. Im Laufe der Therapie stellt sich zunehmende Beweglichkeit und das Gefühl, körperlich frei und ohne Beschwerden zu sein, ein.

Die Spiraldynamik bietet auch bei Fehlstellungen der Füße eine 3-D Schule an. Knick-, Spreiz-, Senk- und Plattfuss, Krallenzehen und sogar der Hallux valgus, bei dem die grosse Zehe geknickt ist und am Ballen schmerzhaft, entzündete Druckstellen entstehen, können unter günstigen Umständen ohne operative Eingriffe korrigiert werden. Die Spiraldynamik bedient sich auch hier ihrer mittlerweile bewährten Bewegungs- und Therapieprinzipien. Knochen sind formbar. Selbst ältere Menschen können ihre Füße

Schädigungen ein, und der Zeitaufwand ist relativ gering. Kinder sprechen ebenfalls auf die Behandlung an. Sportlern bietet die Spiraldynamik durch anatomisch korrekt (wieder-) erlernte Bewegungsabläufe von Kopf bis Fuss eine aktive Verletzungsprophylaxe.

Es liegt eigentlich auf der Hand, den menschlichen Körper mit all seinen komplexen Funktionen und Strukturen auf universelle Gesetzmässigkeiten von Zeit und Raum zu beziehen. Und das auf wissenschaftlicher Basis.

Chronische Schäden am Bewegungsapparat, Fuss-, Schulter- und Rückenprobleme lassen sich durch eine Änderung der Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten nach dem spiraldynamischen Prinzip verbessern und ändern. Pädagogischen Berufen wie Tanz-, Sport- oder YogalehrerInnen, Physio-, ErgotherapeutInnen und ÄrztInnen bietet die Spiraldynamik ein erweitertes Betätigungsfeld an, das bisher noch offene präventive und therapeutische Bereiche abdeckt.

Am 15.4.2000 beginnt in Salzburg ein Spiraldynamik Grundlehrgang für Physio- und Ergotherapie, der sich auf einen Wochen- und fünf Wochenendkurse erstreckt.

Institut für Spiraldynamik
Privatklinik Bethanien
Restelbergstrasse 27
CH 8044 Zürich

T: +41 (0)878 886 888

F: +41 (0)878 886 889

E: zuerich@spiraldynamik.com

Internet: www.spiraldynamik.com