



Skithérapie

Ihr Körper entscheidet, wie Ihre Seele gleitet

Was ist Therapeutisches Skifahren?

Skithherapie ist Skifahren mit Körper, Geist und Seele. Durch gezielte Schulung Ihrer Körperwahrnehmung erfahren Sie, welche Bewegungsabläufe beim Skifahren einfach, sicher und effizient sind.

Für wen ist Therapeutisches Skifahren?

Fühlen Sie sich noch unsicher beim Skifahren oder wollen Sie Skifahren mit bewusster Körperwahrnehmung erlernen? Dann sind Sie bei „meiner“ Skithherapie genau richtig!

Was bringt Therapeutisches Skifahren?

Mehr Freude auf der Piste! Während ich Sie begleite, ist es mein wichtigstes Ziel, dass Sie mehr Sicherheit auf den Ski erleben – mehr Leichtigkeit in den Bewegungen und weniger Probleme durch Angst und Fehlbelastungen.

Wer bin ich?

Ich heiße Karo Steinberg und bin ausgebildete Tanz- und Bewegungstherapeutin, Erlebnispädagogin und Skilehrerin. Mir liegt es sehr am Herzen, Menschen dabei zu begleiten, Bewegungen mit mehr Körperbewusstsein zu erfahren. Probieren Sie es selbst aus.

Kontakt

phone +(41) 76 2444 088
mail karo.steinberg@inandout.ch
web www.inandout.ch

