

Fallegger, Verena: "Gesunde Kinderfüsse machen Schule"; MZ Mittelland Zeitung, 9.Nov. 2002, (...Seiten, durchgehend illustriert, 1 Seite)

## Gesunde Kinderfüsse machen Schule



Schönwerd Der Ratgeber "Gesunde Füße für ihr Kind" wird im Tanzatelier vorgestellt

*Im Tanzatelier Schönenwerd wird heute Samstag der Ratgeber «Gesunde Füße für Ihr Kind» aus der Taufe gehoben. Gefeierte werden vor allem die Kinder die zum Gelingen des Buches beigetragen haben. Das Konzept wurde bereits im Oktober mit dem SNE-Förderpreis ausgezeichnet.*

Mit den optimistischen Worten «zart und duftig, begnadet und stark. Das sind unsere Füße» beginnt das Fussbuch «Gesunde Füße für Ihr Kind». Dieser Ratgeber ist aus der Feder des Autorenteams Christian Larsen, Bea Meier und Gabi Wickihalter-Rehra entstanden.

Gesunde Füße sind zuverlässige und leistungsstarke Träger des Menschen. Allerdings verrät das Buch, dass die Realität oft anders aussieht: Knick- und Senkfüsse werden bei Kindern so oft beobachtet, dass sie schon fast als normal

gelten. Dazu kommen X-Beine und Hohlkreuz. Was Eltern und kinderbetreuende Personen tun können, um Kinderfüssen ein wirklich gesundes Wachstum zu ermöglichen, wird in diesem Ratgeber auf erfrischend spritzige und verständliche Art erzählt. Die meisten Fussprobleme, so das Autorenteam, können in jungen Jahren ohne Einlagen und Therapien in Form gebracht werden. Dabei wird an die Selbstverantwortung appelliert:

«Es ist wie beim Radfahren, wenn man einmal gelernt hat, wie es funktioniert, weiss man es für immer.»

### Kinder als Fussforscher

Der Anatomieteil schafft dieses Grundwissen über die Funktionsweise des Fusses und gibt Tipps beim Kinderschuhkauf und zum Thema Einlagen. Im umfangreichen Übungsteil werden 32 Übungen für den Alltag beschrieben. Das Buchkonzept mit vielen erläuternden Bildern entstand grösstenteils im Tanzatelier Schönenwerd, wo anlässlich der Vernissage allen Kindern, welche als eigentliche Fussforscher mitgearbeitet haben, ein signiertes Buch überreicht wird. «Es hat unglaublich Spass gemacht, mit den Kindern die Fotosessions durchzuziehen», erzählt Gabi Wickihalter-Rehra, Co-Autorin, Fusschulleiterin und langjährige Leiterin des Tanzateliers.

### Bereits einen Förderpreis erhalten

Das Buch erschien im September dieses Jahres im Thieme-Verlag Trias und ist Kursgrundlage für die Spiraldynamik Fusschule für Kinder. Dieses Konzept erhielt am 17. Oktober anlässlich der Gesundheitstage in Solothurn den nationalen SNE-Förderpreis 2002 der Eidgenössischen Gesundheitskasse EGK. «Diese Auszeichnung hat uns riesig gefreut, denn Selbstverantwortung scheint im Gesundheitswesen endlich ein Thema zu werden», sagt dazu Bea Meier. «Wenn Kinder schon früh lernen, wie sie richtig gehen, stehen, laufen und springen können, wirkt sich das positiv auf den gesamten Bewegungsapparat aus.»

Der Pilotkurs für Mütter und Kinder läuft bereits im Tanzatelier Schönenwerd, wo das Buch nun heute auch feierlich aus der Taufe gehoben wird.

Im Buchhandel erhältlich: «Gesunde Füße für Ihr Kind» ISBN 3-8304-3024-8, Fr. 25.90.

### Spiraldynamik

Das Institut für Spiraldynamik wurde vor zehn Jahren vom Arzt Christian Larsen und der französischen Physiotherapeutin Yolande Deswarte gegründet. In diesem Jahr erhielt der Institutsleiter Christian Larsen nun den SNE-Förderpreis der Eidgenössischen Gesundheitskasse. Spiraldynamik erforscht und entschlüsselt umfassend Haltung und Bewegung des menschlichen Körpers. Das Resultat ist eine Gebrauchsanweisung für den eigenen Körper: «Selbstverständlich lernen wir Auto fahren, lernen Instrumente spielen und Fremdsprachen sprechen», erklärt der Arzt Christian Larsen, «den eigenen Körper von Grund auf zu verstehen und richtig zu gebrauchen ist jedoch in keinem Bildungsprogramm enthalten. Der Körper kann jedoch wie ein Instrument gestimmt werden, damit er sich harmonisch bewegen kann. Und das ist lernbar.» Dieses Wissen vermittelt die Spiraldynamik. Je früher dieses Wissen angewandt werden kann, um so effizienter können Haltungsschäden und ihre schmerzhaften und teuren Folgen verhindert werden. Am Institut an der Privatklinik Bethanien in Zürich ist das Forschungs- und Therapiezentrum der Spiraldynamik. Kurse werden im deutschsprachigen Raum für Tanz, Sport und Pädagogik angeboten und stehen allen, vom Leistungssportler bis zum Bewegungsmuffel, vom

Tänzer bis zum Patienten offen. (vfa)

***Buchvernissage*** «*Gesunde Füsse für Ihr Kind*» ist nicht nur für Eltern und deren Kinder gedacht, sondern kann als ergänzende Grundlage auch bei Tanz, Sport und Therapie eingesetzt werden.

Institut für Spiraldynamik  
Privatlinik Bethanien  
Restelbergstrasse 27  
CH 8044 Zürich

T: +41 (0)878 886 888

F: +41 (0)878 886 889

E: [zuerich@spiraldynamik.com](mailto:zuerich@spiraldynamik.com)

Internet: [www.spiraldynamik.com](http://www.spiraldynamik.com)