

Die Praxis

Unsere Praxis liegt im beschaulichen Schweigen-Rechtenbach in der Südpfalz, in grenznähe zu Frankreich, Wissembourg.

Mein Behandlungsgedanke und auch meine Lebenseinstellung entspricht dem ganzheitlichen Ansatz, indem der Mensch in seinem körperlichen, geistigen und emotionalen Zustand erfasst wird.

Sowohl in der Einzelbehandlung als auch in der Gruppe, ist mir ein achtsamer Umgang mit dem Körper und allem was dazugehört sehr wichtig.

Mein Beruf ist die Physiotherapie, meine Berufung und meine Lebenseinstellung folgt dem Yoga. Daraus ergibt sich, mein ganzheitliches Denken von Krankheit und Gesundheit, welches die Grundlage meiner Behandlung ausmacht.



Friede beginnt damit, dass sich jeder von uns jeden Tag um seinen Körper und seinen Geist kümmert.

Thich Nhat Hanh



Gesa Pindur
Kirchstraße 32
76889 Schweigen-Rechtenbach

gesa.pindur@gesundheitsraum-pfalz.de
Mobil: 0151 25495282



Für aktuelle Kurse und Angebote schauen Sie auf meine Homepage:

www.gesundheitsraum-pfalz.de

**PHYSIO-
THERAPIE
YOGA
KURSE &
WORKSHOPS**

Tel.: 06342-923 911

www.gesundheitsraum-pfalz.de

Physiotherapie

Therapiemethoden*

- Krankengymnastik Erwachsene und Kinder
- Manuelle Therapie
- Bobath KG- Neuro für Erwachsene und Kinder
- Manuelle Lymphdrainage
- Kiefergelenkbehandlung - CMD
- Fango/Wärme/Heisse Rolle
- Klassische Massage
- Ultraschall
- Kinesiotape
- Triggerpunktbehandlung
- Narbenbehandlung
- Traktionsbehandlung
- Rückenschule
- Beckenbodentraining
- Schröpfen
- Cranio-Sacrale-Therapie (private Leistung)
- Dorn Methode Breuß- Massage (private Leistung)
- Thai-Yoga-Massage (private Leistung)



Yoga

Ich möchte in meinen Kursen den Menschen zu einem besseren Körperbewusstsein, zur inneren Ruhe und Gleichgewicht bringen. Jeder Mensch ist ein Individuum und braucht seinen eigenen Weg. Yoga ist für mich mein Lebensweg geworden, den ich mit voller Hingabe und Leidenschaft lebe.

Jeder kann Yoga machen. Es gibt nichts was dich daran hindert. Durch meinen Beruf als Physiotherapeutin, achte ich auf präzise Ausrichtung und Individualität der Übungen. Es gibt kein "Muss", nur ein "ich lade dich ein".

In meinen Yogakursen wechseln sich kraftvolle und entspannte Asanas (Übungen) ab. Im Fokus steht immer der Atem, die Achtsamkeit beim Üben und die Möglichkeit loslassen zu können.



Mir ist es eine
Herzensangelegenheit
Yoga zu unterrichten

Ganzheitliches Verständnis von Krankheit bedeutet, dass wir nicht nur ein Symptom behandeln, sondern den Menschen in seinem körperlichen, geistigen und emotionalen Zustand erfassen.

Jeder Therapeut ist ein individueller Mensch und findet im Laufe der Zeit seine eigenen Behandlungsschwerpunkte und die Behandlungsmethoden mit denen er erfolgreich, achtsam arbeiten kann.



Gesa Pindur

Meine Ausbildungen

- 2008 staatlich geprüfte Physiotherapeutin
- 2006 – 2010 Yogalehrerin 500h Yoga Alliance
- 2009 zertifizierte Kinderyogalehrerin
- 2013 – 2018 Yogatherapie Ausbildung
- seit 2010 Rückenschulleiterin
- seit 2012 Craniosacrale Techniken
- seit 2016 Manuelle Therapie Mc Kenzie
- seit 2017 Bobath Therapeutin
- 2018 Dorn Methode und Breuß Massage

*Behandlungsmethoden der gesetzlichen wie auch der privaten Krankenkasse.