



Ich heiße Ina Parsons,
bin Heilpraktikerin und Bewegungstherapeutin. Seit Jahrzehnten lehre ich eine Selbsthilfe bei Bewegungsproblemen. Sie hat sich aus eigenem Leiden heraus entwickelt, da die wenigsten Orthopäden die Komplexität menschlicher Bewegungsabläufe verstehen.

Aufgrund neurophysiologischer Gesetze der frühkindlichen Entwicklung baute ich eine Bewegungslehre auf, die sich auf den Alltag bezieht.

In den nachstehend aufgezeigten Büchern vermittele ich Ihnen meine Erfahrungen und mein Wissen zur Selbsthilfe.

Gute Bewegungen tun nicht weh!

Der Mensch mit seinem stets wandelbaren Organismus und seinem großartigen Potential an Lern- und Entwicklungsfähigkeit wird meist nicht als Einheit verstanden. Am wenigsten aber weiß der Einzelne selbst, wie er beschaffen ist und wie er sich verhält.

Durch meine Bewegungslehre möchte ich aufzeigen, dass es weniger bedeutsam ist Muskeln zu trainieren, als sich eine balancierte Haltung anzueignen, damit fließende und kraftvolle Bewegungen gelingen.

Um das eigene Naturell besser einschätzen zu können, vermittele ich auf verständnisvolle Weise physiologische und strukturelle Zusammenhänge im Organismus wie auch dessen koordinierte Arbeitsweise, die vor allem durch Bewegungen gesteuert wird.