

## Die Balancierung der Schrittkoordination

nach J.V. Maguire, mod. W. Klingelhöffer



### Schritt 1:

Kräftiges Reiben zwischen den Mittelfußknochen 1-2 und 2-3 und 3-4 usw.



### Schritt 2:

Kräftiges Reiben hinter dem Fußballen



### Schritt 3:

Aufdehnen des Fußrückens.



### Schritt 4:

Kräftiges Reiben an Innen- und Außenkante