

# Der richtige Dreh für einen guten Spielraum

*Herbert Handler hat ein Bewegungsspiel geschaffen, das die persönliche Einzigartigkeit und die ideale Bewegung fördert, um im Einklang mit unserer wahren Natur zu sein.*

TEXT: Herbert Handler, Conny Pipal • FOTOS: Herbert Handler

Sich „ideal“ zu bewegen ist heute eine schwierige Übung. Wie man es macht, ist es falsch, möchte man oftmals sagen. Dieser Unsicherheit liegt eine fehlgeleitete Entwicklung zugrunde, die Leistung und Geld in den Vordergrund stellt. „So ist es schon für Kinder nötig, sich Verhaltensregeln anzugewöhnen, die es ermöglichen, doch noch in seelischem Kontakt mit den für sie wichtigen Menschen im Leben zu bleiben“, so Herbert Handler.

Für ihn war es nach einem persönlichen Schicksalsschlag im Jahr 2016 klar, dass er sich der Förderung des wahren Lebens verschreiben möchte. Bis zu diesem Zeitpunkt war er bereits international anerkannter Referent und Lehrer für kinesiologische Methoden. Was nun dazukam, war sein Interesse am Zusammenspiel zwischen körperlicher Bewegung und der menschlich-geistigen

Stärken beziehungsweise der Lebensaufgabe. Sein Wissen als sportwissenschaftlicher Trainer und Berater sowie die gemeinsamen Ideen mit Sonja Riedmann führten ihn zur „Balanceness-Methode“.

Durch Bewegungsübungen, die den Zündfunken des eigenen Ideals entfachen, setzt das natürliche Zusammenspiel zwischen dem Naturell und der Natur in Gang. „Das führt dazu, dass der persönliche Enthusiasmus aktiv ist, um in Liebe zu wachsen und zu teilen, was man hat. Dies lässt Kinder neu ausgerichtet lernen und bringt Erwachsene in eine aufrichtige Verfassung, sodass sie aussenden, wer sie wirklich sind und was sie wirklich wollen“, erklärt Herbert Handler. Kurz gesagt, fördert das Spiel die Liebe und die Nächstenliebe. So bekommt man alles, was man in seinem einzigartigen Leben braucht.



Der Erfinder des Spiels, Herbert Handler



Das Bewegungsspiel für den „Dreh im Leben“

## BALANCENESS UND BALANCOOL

„Mir ist wichtig, dass Menschen jeden Alters Freude daran haben, ihre ideale Bewegung mit Hilfe der bewegenden Momente, die eine Übung bietet, zu aktivieren. Das geschieht unmerklich und einfach.“ Die Bewegungsübungen fördern die dem Menschen innewohnende Schönheit und Besonderheit. Alle Übungen können in der Natur, im Büro oder zwischendurch gemacht werden. ☺

## Bewegungswerkstatt



So kommen Sie ins **SPIEL**

IHRE FACHPRAXIS FÜR „SPEZIALFRAGEN“ RUND UM LERNEN, LEBEN UND BEWEGUNG IN KUNDL  
BALANCE & LEHRSTUDIO FÜR KINESIOLOGIE/ LEBENS- UND SOZIALBERATUNG EINGESCH. AUF SPORTWISSENSCHAFTLICHE BERATUNG

TEL.: 0664 2099270, [WWW.BEWEGUNGSWERKSTATT.AT](http://WWW.BEWEGUNGSWERKSTATT.AT)

