

Feldenkrais

Bewegungstherapie

Fachfortbildung z. Feldenkrais Trainer/in

BEAUTY / WELLNESS



Feldenkrais ist eine sanfte Bewegungslehre, die auf den Begründer Dr. Moshé Feldenkrais zurückgeht. Grundlage dieser Methode ist das Erlernen bewusster und entspannter Bewegungen. Besonders die Wirbelsäule wie auch die übrigen Gelenke profitieren von den Bewegungslektionen, wie Dr. Moshé Feldenkrais sie nannte. Achtsames, bewusstes Bewegen fördert die Beweglichkeit, beugt muskulären Verspannungen, Arthrose und

schmerzhaften Gelenkerkrankungen vor. Ihren Einsatz findet Feldenkrais in entsprechend angeleiteten Kursen und Seminaren gegen Rücken- und Gelenksbeschwerden. Ebenso genutzt wird die Methode im Bereich der Entspannungstherapien, oder als Unterstützung und Erweiterung unterschiedlicher ähnlicher Behandlungsformen.

Seminarinhalt:

1. Ursprung und Philosophie der Bewegungslehre
2. Anatomie des Bewegungsapparates
3. Erlernen unterschiedlicher Bewegungslektionen und ihre Wirksamkeit in Bezug auf Prävention und Symptomatik (Schwerpunkt entspanntes Bewegen)

Für Interessenten mit Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Handtuch, kleines Kissen, Schreibmaterial

Bitte beachten Sie: Teilnahme eventuell nur mit negativem COVID-19 Schnell- bzw PCR-Test <72Std je nach den zum Seminarbeginn gültigen Bestimmungen.

Dozent/in Kira Tabacnik: K.Tabacnik ist Diplom-sängerin, Grundschullehrerin und Gesprächs- und Focusingtherapeutin. Nach der Ausbildung in 'Feldenkrais Lernmethode' und 'Atem-, Stimm- und Sprachmethode nach Schlaffhorst - Andersen' erwarbte ihr Interesse für Körperwahrnehmung und psychotherapeutische Verfahren. Ausbildung zum HP Psy sowie zur Burnoutberaterin. Weiterbildung zur Spielpädagogin und Seminarleiterin Autogenes Training für Kinder und Jugendliche. Es folgte die Fortbildung 'Freiburger Curriculum zur interpersonellen Psychotherapie'. Seit 2016 Gesprächs- und Focusingtherapeutin in freier Praxis an der VHS, Focusing Trainerin, Dozentin sowie Kursleiterin in 'Feldenkrais Lernmethode' und 'Focusing' tätig. Seit 2019 ist sie 'Certified Focusing Professional' NY und gibt ihr Wissen nun als Dozent der DPS weiter.

Termine:

Mo. 13.09.2021

Di. 14.09.2021

Mi. 15.09.2021

Do. 16.09.2021

Fr. 17.09.2021

jew. 09:30-16:30 Uhr

Preis:

540,- Euro *

Seminarort:

Paracelsus Schule

Frauenlobplatz 2

55118 Mainz

Tel. 06131 - 961696

Seminarnummer:

SSH65190421

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

