

Kursausschreibung

Spiraldynamik® Einführungskurs Move | Mobilisations- und Kräftigungsübungen mit dem Theraband | Aarau ab 16.09.2022

Veranstaltung

Der Spiraldynamik® Einführungskurs ist die beste Möglichkeit, Spiraldynamik® in Theorie und Praxis kennen zu lernen. Erleben Sie Ihre eigene Bewegungsvielfalt als Geniestreich der Natur, und entdecken Sie neues Potential in persönlichen und professionellen Bereichen.

Durch die elastischen Eigenschaften bietet das Theraband unbegrenzte Therapie- und Trainingsmöglichkeiten. Sei es durch den kräftigen Dehnungswiderstand oder durch gewickelte Muskelschlaufen die dynamische Bewegungsimpulse unterstützen. Bewusst eingesetzt, wird jedes Training zum ausgeklügelten dreidimensionalen Beweglichkeits- und Krafttraining.

Methodik

Kurzreferate mit anschaulichen Bildern und Fallbeispielen. Mobilisationen und Bewegungsübungen, praktische Hilfsmittel und Methoden, um das Gelernte im Alltag zu festigen. Interaktiver Unterricht und Zeit für persönliche Fragen.

Kursnachweis

Es gelten die Geschäftsbedingungen des Organisators.

Kursinhalt

- Anatomischer Bauplan im Kontext von Evolution und Entwicklung
- Ableiten der Spiraldynamik® Prinzipien
- Überblick über das Bewegungs- und Therapiekonzept der Spiraldynamik®
- Potential und Störungen des Bewegungssystems
- Überblick über Ausbildung und Perspektiven (Akademie)
- Aufzeigen der interdisziplinären Anwendung in Pädagogik, Alltag und Therapie sowie künstlerische Anwendungen: Körpersprache, Ausstrahlung und Charisma
- Wahrnehmungsschulung: eigene Defizite erkennen und verändern
- Bewegungsführung: Spiral- und 8er-Bewegungen
- Integration in den Alltag

Kursziel

- Praxisbezogener Einblick ins Bewegungs- und Therapiekonzept der Spiraldynamik®
- Erkennen des Potentials der Spiraldynamik® im persönlichen und professionellen Bereich
- Entscheidungsgrundlage für den Einstieg in die Ausbildung

Leitung

Eichenberger-Wiezel Barbara, Physiopädagogin, Tanz- und Bewegungspädagogin

Daten und Zeiten

16.09.2022 | 09:00 - 17:00

Kursadresse

Bodyfeet AG Aarau
Bahnhofstrasse 94
5000 Aarau

Spiraldynamik® Akademie AG | Südstrasse 113 | Schweiz-8008 Zürich

Kursausschreibung

Spiraldynamik® Einführungskurs Move | Mobilisations- und
Kräftigungsübungen mit dem Theraband | Aarau ab 16.09.2022

Tel: +41 (0)62 823 83 83

aarau@bodyfeet.ch

Kurskosten

CHF 260.00

Teilnehmerzahl

Min. 4 | Max. 24

Organisator

Bodyfeet AG

Aarestrasse 30

3600 Thun

Tel: +41 (0)33 225 44 22

mail@bodyfeet.ch