

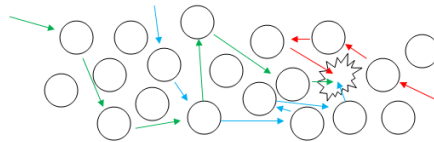
ADVANCED FELDENKRAIS TRAININGS

TEAM FELDENKRAIS: ELI WADLER, LUZIA ALTOÈ, HELMUT WEHREN

Mittwoch 15. bis Sonntag 19. September 2010 in Luzern

Fortbildung für FeldenkraislehrerInnen zum Thema

Vom Allgemeinen zum Spezifischen



Referent Eli Wadler, Israel

Moshe Feldenkrais erzählte uns einmal – es muss kurz vor dem Abschluss unserer Ausbildung gewesen sein - dass er einen guten Feldenkrais-Lehrer als einen Hirten betrachtet.

- **Ein guter Hirte sorgt dafür, dass nicht immer das gleiche Schaf am Anfang der Herde und nicht immer das gleiche Schaf am Ende der Herde geht. Und dass es keine bestimmten Schafe gibt, die immer in der Mitte der Herde gehen**

Diese Metapher erzählt uns etwas über unsere Aufgabe als Feldenkrais-LehrerIn in einer FI-Lektion. Wir arbeiten an der Wiederherstellung des neuromuskulären Gleichgewichts und sorgen dafür, dass die Bewegungen und Aktionen unserer Klienten nicht einseitig werden. Wir wecken latente und vergessene Bewegungsoptionen. Dazu benutzen wir unsere Hände in einer Art und Weise, dass die täglichen Bewegungen unserer Klienten auf eine spontane Weise harmonisch werden, symmetrisch zur Wirbelsäule, alle Wirbel benutzend, alle Gelenke in allen Richtungen, nicht nur in eine bestimmte.

Durch unsere Hände schaffen wir eine globale, uneingeschränkte Mobilität, ohne bestimmte Teile zu bevorzugen, was nur zu Erschwernissen und Schmerz führen würde. Wir werden in diesem Sinne zum Beispiel Kopfschmerzen behandeln, die von Fehlstellungen der Halswirbel oder Problemen der Augenbewegungen hervorgerufen werden. Dazu werden wir die Beziehungen der Augen, des Kopfes und des Schultergürtels zum ganzen restlichen Körper studieren. In FI und ATM werden wir verschiedene dieser Wege vom Allgemeinen zum Spezifischen bearbeiten und praktisch ausführen.

Kursprache Deutsch

Kursablauf Täglich 2 ATM und intensive Arbeit in Funktionaler Integration (FI).

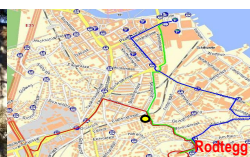
Kursdaten **Mi 15. bis So 19. September 2010**, von **09.15 bis 17.15 Uhr**. (letzter Kurstag bis 16:00 Uhr)

Material Bitte Decke, Handtuch, Matte, leichte Kleidung und falls möglich eine Liege mitnehmen.

Kursort Pfarreiheim St. Michael

Rodteggstrasse 2, 6005 Luzern

Das Kurslokal befindet sich vis à vis der Stiftung Rodtegg..



Anreise Fahrplan 2008

| Züge | Bus (blau) |
|-------------------|--|
| Zürich 07:35 | Luzern 08:25 Luzern Bahnhof |
| Basel 07:04 | Luzern 08:14 Bus Nr. 7 bis Haltestelle Rodtegg |
| Bern 07:04 | Luzern 08:40 Zu Fuss (grün) 25 Minuten |
| Auto (rot) | Autobahnausfahrt Luzern-Kriens (Anzahl Parkplätze beschränkt!) |

Anmeldung Luzia Altoè, Titlisweg 8, 8916 Jonen, +41 (0)56 634 25 86

teampfeldenkrais@bluewin.ch

Anmeldeschluss **3. September 2010**

Kurskosten: **975.- inkl. ATM-CD (mp3)**

Versicherung Diese ist Sache der TeilnehmerInnen.

Organisation Helmut Wehren, Bahnhofstrasse 9, 3303 Jegenstorf, 031 761 30 11, 079 223 10 00

Falls Sie Fragen haben, so rufen Sie uns doch einfach an, wir beantworten sie gerne!

Mit freundlichen Grüssen
Helmut Wehren

Information: Ab März 2011 beginnt ZIST3, der dritte akkreditierte Ausbildungslehrgang zum Feldenkrais-Practitioner. Siehe unter www.feldenkrais-wadler.com