

### Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 21.09.2026 - 25.09.2026 unter der Seminarnummer 826126 das Seminar „Der sichere "Auf"-tritt in Beruf und Alltag - Tango Argentino verbunden mit der Franklin-Methode®“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Seminarinhalten und zeitlichem Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt in

- **NRW** (gemäß § 9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß § 10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor: Az.: 48.06-7348)
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg**: Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit finden Sie unter [www.bildungszeit-bw.de](http://www.bildungszeit-bw.de). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61)
- **Hamburg** (gemäß § 15 BiUrlG HA unter dem Aktenzeichen HI 43-1/406-07.5, 62568 vom 21.05.2024 für Teilnehmende, die die im Seminar erworbenen Kenntnisse in ihrem Hauptberuf weitergeben können, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 20.05.2027).

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 10-12 Wochen vor Seminarbeginn.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des/der Teilnehmenden)

## SEMINARPROGRAMM

Thema: Der sichere "Auf"-tritt in Beruf und Alltag - Tango Argentino verbunden mit der Franklin- Methode®  
Ort: Einbecker Sonnenberg  
Dozenten: Jörg Böttger und Jens Kuchenbäcker  
Termin: 21.09. - 25.09.2026

### Montag

13.30 - 14.30 Uhr Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmenden, Vorstellungsrunde, Einführung in das Seminar und Praxishinweise  
14.45 – 16.45 Uhr Einführung in die Franklin-Methode® und Imagination (Achtsamkeit & Selbstwirksamkeit durch mentales Training)  
17.00 - 18.30 Uhr Erlebte Anatomie und Bewegungsübungen mit der FM® „Fitte Füße“ Gewichtsverlagerung & Gleichgewicht für klare Entscheidungen,  
19.30 – 21.00 Uhr Kommunikation mit dem Körper (Haltung-Ausdruck- "Standing"), Vermittlung, Anleitung und Reflexion

### Dienstag

09.00 - 12.15 Uhr Erlebte Anatomie und Bewegungsübungen mit der FM® „Dynamisches Becken“ im Sitzen & in der Fortbewegung, Alltagsbewegungen integrieren & verbessern mit Tango Argentino, nonverbale Kommunikation, In-Kontakt-Sein, Vermittlung, Anleitung und Reflexion, Anwendungsmöglichkeiten im beruflichen Kontext  
14.45 - 18.00 Uhr Klarheit in der Bewegung, Entscheidung & Verständigung, Struktur und Schrittkombination durch Tango und erste Improvisation damit, Vermittlung und Anleitung, Reflexion, Transfer in den beruflichen Kontext

### Mittwoch

09.00 - 12.15 Uhr Erlebte Anatomie und Bewegungsübungen mit der FM® „Bewegliche Hüftgelenke“  
Reorganisation & Revitalisierung mit der „Konstruktiven Ruhe“, Selbstmassage & entlastende Übungen für zwischendurch, Vermittlung und Anleitung, Reflexion  
14.45 - 18.00 Uhr Struktur und Schrittkombination Tango, weitere Variation dazu, Vermittlung und Anleitung, Reflexion

### Donnerstag

09.00 - 12.15 Uhr Körperaufrichtung im Tango Argentino und im Alltag, Erlebte Anatomie und Bewegungsübungen mit der FM® „Entspannte Schultern, gelöster Nacken“, Vermittlung und Anleitung, Reflexion  
14.45 - 18.00 Uhr Flexibilität im Körper durch Körperdrehungen und neuen Variationen der Schrittkombination

### Freitag

07.30 - 11.30 Uhr Erlebte Anatomie und Bewegungsübungen mit der FM® „Flexible Wirbelsäule“  
11.30 - 13.30 Uhr ...und jetzt los! Zusammenfassende Reflexion. Abschlussbesprechung. Unterlagensichtung, Formalitäten.

*Änderungen vorbehalten*

### **Anmerkung zu jedem Unterrichtsblock:**

*Es findet in jedem Unterrichtsblock eine Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte statt, so dass eine Weitergabe der Seminarinhalte möglich ist. Die Seminarteilnehmenden erhalten so Anwendungsmöglichkeiten für ihren jeweiligen beruflichen Kontext, sowie Anleitungshinweise (Didaktik und Methodik) und Raum für Reflexion. So werden die Teilnehmenden darin geschult, einen Alltags-Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu leisten.*

### **Seminarziele:**

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte zur Weitergabe (empfohlen insbesondere für Arbeitnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen, beratenden Berufen und für Arbeitnehmende in leitender Position zur Weitergabe an ihre Mitarbeitenden)
- Gewährleistung des Transfers in konkrete Arbeitssituationen
- **Im Einzelnen:** Verbesserung der mentalen Wahrnehmung und der körperlichen Gesundheit, Mobilisation der inneren Bereitschaft und Eigenverantwortung zur eigenen Gesunderhaltung, Bewegungsmuster erfassen und darin weiterführende Verbesserungen der Beweglichkeit sowie der körperlichen Gesundheit spürbar erfahren, Chancen für Veränderungen im beruflichen Kontext erkennen und Ziele formulieren, Sozialkompetenz erhöhen und lösungsorientierte Kommunikationsformen anwenden, Möglichkeiten zur Mitgestaltung des Alltags und deren Umsetzung, Lösungsorientierte Kommunikation unterstützt durch ein mehr an Ausstrahlung und Präsenz

### **Zielgruppe:**

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung für folgende Zielgruppen:

- Arbeitnehmende, die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen
- Arbeitnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme- Bestätigung erforderlich. Zeitliche Verschiebungen im Seminarablauf, beispielsweise durch die Essenszeiten im Veranstaltungshaus, sind möglich.