

Der Zauber des Anfangs im Body-Mind Centering®

Frühkindliche Bewegungsentwicklung im Body-Mind Centering® – Körper, Fühlen und Denken über Bewegung integrieren

Bildungsurlaub

Indem wir die verschiedenen Phasen frühkindlicher Bewegungsentwicklung als Erwachsener praktisch erkunden, eröffnen sich Wege, uns stabil, geerdet und dabei gleichzeitig gelöst und frei zu bewegen. Auch unsere Sinne werden auf wohlthuende Weise angeregt und unsere Wahrnehmung erweitert sich. Unser Geist kann flexibler, balancierter und reagierbereiter werden.

Das Bewegen in der flüssigen, getragenen Umgebung des Mutterleibs und die anschließende Entwicklung vom Liegen bis hin zum aufrechten Gang beeinflussen in großem Maße, wie sich unser Gehirn und peripheres Nervensystem herausbilden. Daher sind alle Ebenen unseres Erlebens, Handelns und Seins noch als Erwachsener von dieser frühen körperlichen Entwicklung stark beeinflusst.

Die faszinierende „Reise“ unserer Entwicklung vom Einzeller zum gehenden Menschen erkunden wir im Body-Mind Centering® ganz praktisch über Bewegung. Über die eigene direkte Erfahrung entsteht ein tieferes Verständnis dieser Prozesse. Darüber hinaus können sich sogar noch im Erwachsenenalter unsere Haltung, Koordination und Bewegungsqualität verbessern, indem wir übersprungene Bausteine unserer Entwicklung integrieren. Auf individuelle Weise erforschen wir wach und spielerisch unsere Beziehung zur Schwerkraft, zur eigenen Mitte und zu unserer Umgebung. Darin können sich Themen spiegeln wie z.B. Verschmelzen, sich abgrenzen, eigene Bedürfnisse wahrnehmen oder die eigene Identität finden und vieles mehr. Im Reflektieren dieser Themen erkunden wir das Zusammenspiel von Körper, Emotion und Geist. Wir erweitern unseren Handlungsspielraum und vertiefen das Verständnis unserer Beziehung zueinander und zur Welt.

Getragen wird die Praxis in diesem Seminar vom theoretischen Verständnis der Frühkindlichen Bewegungsentwicklung, ihrer Auswirkungen auf unser jetziges Leben und unserer Einflussmöglichkeiten in der Gegenwart.

Ausgerichtet ist dieser Bildungsurlaub auf ein tiefes eigenes Verständnis dieser Zusammenhänge zur Anwendung in der therapeutischen, pädagogischen, medizinischen und kreativen Arbeit mit Menschen, als auch für die Verbesserung der eigenen emotionalen, mentalen und körperlichen Balance.

.Seminarinhalte

- Praktische Übungen zum direkten Erfahren der Entwicklungsphasen vom Mutterleib bis zum aufrechten Gang
- Bewegungserkundungen für das Wecken unterschiedlicher Qualitäten, wie: Tiefenentspannung, dynamische Kraft, Stabilität, Durchlässigkeit etc.
- Theorie zum Verständnis der Relevanz jeder Phase für die spätere Gesamtentwicklung des Menschen

Seminarnummer:	835924
Termin:	21.04. – 26.04.2024
Seminardauer:	Sonntag 18.00 Uhr – Freitag 13.30 Uhr
Ort:	Einbecker Sonnenberg
Preise:	785,- € inkl. Ü/VP im DZ EZ-Zuschlag 50,00 € insgesamt 985,- € für Einrichtungen/ Firmen
Dozentin:	Uta Büchler
Uta Büchler (Jhrg. 1966) ist Body-Mind Centering® Practitioner (moveus - Schule für Body-Mind Centering®), staatlich anerkannte Ergotherapeutin und Bewegungspädagogin. Sie ist ausgebildet in Tanz an der Hochschule der Künste Amsterdam und in Authentic Movement (AM Institute, Kalifornien) und Somatic Experiencing Practitioner-körperorientierte Traumatherapie (UTA Institut Köln). Seit 1990 Jahren leitet sie Kurse und Workshops in verschiedenen Methoden von Körperarbeit und Bewegung. Seit 2000 ist sie außerdem in Einzelsitzungen als Körpertherapeutin und Bewegungscoach in eigener Praxis tätig. Weiterbildung in Personenzentrierter Beratung (GWG anerkannt). Langjährige Meditationspraxis und Praxis in Gewaltfreier Kommunikation.	
Minimale Teilnehmendenzahl: 10 Maximale Teilnehmendenzahl: 16	
Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Die Anreise ist nicht im Preis inbegriffen.	

- Erkunden der eigenen körperlichen Beziehung zur Schwerkraft, zum Raum, zu anderen Menschen
- Reflektion der Wirkung von Bewegung auf Körper, Emotionen, Wahrnehmen und Denken
- Integration durch Erfahrungsaustausch, Schreiben und kreativen Ausdruck
- Einheiten zum Transfer des Erlernten in den eigenen beruflichen und privaten Alltag



Uta Büchler ist es ein Anliegen, Körperbewusstsein als Ressource für physische Gesundheit, emotionale Balance und einen wohlwollenden, entspannten Geist erfahrbar zu machen.

Ihr Nutzen

- Sie entwickeln ein fundiertes, präzises Verständnis von gesunder Bewegungsentwicklung und von den Zusammenhängen körperlicher, psychischer und mentaler Entwicklung.
- Ihre Arbeit mit Menschen profitiert von einem vertieften Verständnis der Zusammenhänge zwischen Körper, Fühlen, sozialer Kompetenz, Denken und Handeln. So können Sie Ihren Klientinnen, Patient*innen, Schüler*innen etc. auf all diesen Ebenen effektiver fördern.
- Sie entwickeln einen Blick dafür, wie Sie fehlende Bausteine der psychophysischen Entwicklung erkennen können und wie Sie sie gezielt fördern können.
- Sie erlernen wirksame Übungen zur Förderung der eigenen psychophysischen Balance und stärken so Ihre Resilienz und Handlungskompetenz im Berufsalltag.

Übernachtung

Sie übernachten in einer herrlichen Hotelanlage in idyllischer Alleinlage auf einem Südhanggrundstück wohl-tuend abgeschieden und doch schnell erreichbar. Die liebevoll ausgestatteten 28 Hotel-Appartements bieten Komfort mit Wohlfühl-Garantie und einzigartigem Panorama-Blick.

Die Apartments befinden sich jeweils zu zwei Einheiten in 14 Bungalows. Die Zimmer verfügen über eigene Dusche/WC.

EZ-Zuschlag: 10,00 € pro Nacht im EZ mit eigener Dusche/WC.

Dem Küchenteam liegt es am Herzen, seine Gäste gut zu versorgen. Über die Jahre hat sich eine vielgelobte, vegetarische Spezialisierung herausgebildet. Es wird ein vegetarisches Mittagsgeschicht und morgens und abends Fleischaufschnitt serviert. Da das Abendessen vom Küchenteam mittags vorbereitet und es entsprechend gekühlt wird, bedienen sich die Gäste abends selbst und nutzen die vorhandene Aufwärmöglichkeit. Viel Wert wird auf die Verarbeitung von vorwiegend biologischen bzw. regionalen Zutaten gelegt. Gerne werden Ihre speziellen Wünsche bei Nahrungsmittel-unverträglichkeiten berücksichtigt, die Sie dem Haus bitte rechtzeitig vorab mitteilen.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Sonntag um 18.00 Uhr und endet am Freitag um 13.30 Uhr mit dem Mittagessen.

Anreise

Der Einbecker Sonnenberg ist mit dem Auto (ca. eine Stunde südlich von Hannover und eine Stunde nördlich von Kassel) und mit der Bahn (der Bahnhof Kreiensen liegt ca. 10 km, vom Haus entfernt) erreichbar.

Günstige Zugverbindungen finden Sie ab 6 Monate vor Reisebeginn unter www.bahn.de.

Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschafts-Service.

<http://www.einbecker-sonnenberg.de>

Einbecker Sonnenberg
Am Brockenblick 2
37574 Einbeck
Telefon 05561 7950, Telefax 05561 795100
kontakt@einbecker-sonnenberg.de



Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

