



# Kinaesthetics Kreatives Lernen

Mit Lust an Bewegung die eigene Körperspannung spielend verändern und mit Bewegungskompetenz BeLASTungen begegnen (z.B.: SUP, 1 & 2 - Rad fahren, schwimmen...)



## Zielgruppe

Kinaesthetics Kreatives Lernen richtet sich an Menschen, die ihre Bewegungskompetenz in ihrem Alltag bewusst einsetzen und erweitern wollen.

## Ziele

Die TeilnehmerInnen

- erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität ihrer eigenen Bewegung und ihrer Gesundheitsentwicklung.
- lenken während ihren alltäglichen Aktivitäten mit Hilfe einzelner Konzeptblickwinkel ihre Aufmerksamkeit bewusst auf ihre eigene Bewegung.
- entwickeln erste Ideen, um ihre Bewegungskompetenz im Alltag so zu nutzen, dass sie ihren Gestaltungsspielraum in alltäglichen oder spezifischen Lernprozessen und Aktivitäten erweitern können.
- erfahren Kinaesthetics-Konzepte und bringen diese mit ihren alltäglichen Aktivitäten in Verbindung.

## Methodik

Bewegungen drinnen und draussen und je nach Wetter im und auf dem Neusiedlersee!

**Kursdaten**

20.09. 2017

21.09. 2017

22.09. 2017

Beginn: 10.00 Uhr

Die Tage können einzeln oder als Seminar gebucht werden.

**Veranstaltungsort:**

Seehotel Rust am Neusiedlersee, Am Seekanal 2-4, 7071 Rust

(<http://www.seehotelrust.at> )

**Seminargebühren pro Tag**

Euro 220.00, inkl. 20% Umsatzsteuer

In diesem Preis ist folgendes inbegriffen: Pausen-, Mittagsverpflegung, Schwimmbad, Sauna, Fitnessgeräte und allfällige Leihgebühren für Sportgeräte

**Wenn sie an einem Zertifikat interessiert sind, teilen sie uns das bitte mit. Wir informieren sie gerne über die Möglichkeiten und Bedingungen.**

**Übernachtungsmöglichkeiten (nicht im Seminarpreis enthalten)**

In Rust stehen ihnen verschiedene Hotels, Pensionen und ein Campingplatz zum Übernachten zur Verfügung.

Das **Seehotel Rust** bietet für Seminargäste ein attraktives Angebot.

**Anmeldung und weitere Auskunft:**

**Sylvia Thiel: +43 664 202 82 17**

**Auf ein bewegtes Seminar freuen sich die TrainerInnen:**

Sylvia Thiel (Physiotherapeutin, Kinaesthetictrainerin Stufe3)

[sylvia.thiel@aon.at](mailto:sylvia.thiel@aon.at)

Claudia Gwerder

[http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer\\_id=9491](http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer_id=9491)

Daniel Stirnimann

[http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer\\_id=9164](http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer_id=9164)

