



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

Der Grundkurs 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 und kennen die 6 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!

Inhalte

6 Konzepte

Konzept Interaktion: Sensibel werden für die eigene Bewegung.

Konzept Funktionale Anatomie: Die Möglichkeiten der eigenen Anatomie entdecken.

Konzept Menschliche Bewegung: Bewegungsmuster verstehen.

Konzept Anstrengung: Mit weniger Kraft mehr bewirken.

Konzept Menschliche Funktion: Mein persönlicher Entwicklungsprozess.

Konzept. Umgebung: Die Umgebung aktiv gestalten.

Formelles

Nach erfolgreichem Abschluss des Grundkurses erhalten die TeilnehmerInnen von Kinaesthetics das europaweit anerkannte Grundkurs-Zertifikat. Dieses ist die Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs Kinaesthetics Kreatives Lernen.

Weitere Informationen zum Kurs und Kinaesthetics:

http://ebikon.kinaesthetics.ch/center-basiskurse.cfm?KURS_ID=55271

Kursdaten im Detail

1. Teil 15. & 16. Juni 2018

2. Teil 14. & 15. Sept. 2018

Zeit:

1. Tag Start 10.00 – 17.00 Uhr

2. Tag 09.00 – 16.00 Uhr

Veranstaltungsort:

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

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

Anmeldung und weitere Auskunft:

ebikon@kinaesthetics-net.ch, Telefon: 0041 41 450 04 45



Seminargebühren

Euro 970.00, inkl. 20% Umsatzsteuer

In diesem Preis ist folgendes inbegriffen:

Kurskosten, Kursunterlagen und Zertifikatsgebühren

Seminar-Tagespauschale im Seehotel Rust (inkl. Pausen- und Mittagsverpflegung)

Allfällige Leihgebühren für Sportgeräte

Die Tage sind auch als Einzeltage buchbar, verlangen Sie unsere Ausschreibung

Rahmenprogramm:

Auf Wunsch stellen wir gerne ein Rahmenprogramm wie zum Beispiel eine Weinverkostung zusammen.

Versicherungen:

sind Sachen der Teilnehmer

Stornobedingungen:

Der Teilnehmer kann bis spätestens sechs Wochen vor Kursbeginn zurücktreten. Bei einer Absage innerhalb von weniger als sechs Wochen vor Kursbeginn sind 50% des vereinbarten Kursgeldes zu bezahlen. Bei weniger als zwei Wochen, ist der ganze Betrag fällig. Bei Anmeldung sind 50% der Seminargebühr fällig.

Mit der Anmeldung werden diese Bedingungen akzeptiert.

Auf ein bewegtes Seminar freuen sich die TrainerInnen:

Sylvia Thiel

http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer_id=7073

Claudia Gwerder

http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer_id=9491

Daniel Stirnimann

http://www.kinaesthetics.ch/trainerinnenliste.cfm?trainer_id=9164

**Übernachtungsmöglichkeiten (nicht im Seminarpreis enthalten)**

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

<http://www.rust.at/index.php/unterkuenfte.html>