

Regina Biermann

Tänzerin und Choreographin, studierte New Dance und Contact-Improvisation in Deutschland, den Niederlanden und den USA. Darüber hinaus verfügt sie über eine Ausbildung in Body-Mind Centering bei Linda Hartley (GB) und Release-Technik sowie langjährige Unterrichtserfahrung im In- und Ausland. Ihre Beschäftigung mit Body-Mind Centering begann sie bereits 1986 im Rahmen ihrer Tanzausbildung. Seit Abschluss der Body-Mind Centering Ausbildung 2002 unterrichtet sie in zahlreichen Institutionen, darunter Ausbildungsstätten für Tanz, Theater, Bildende Künste und Psychomotorik in Münster, Hannover, Kopenhagen und Enschede, sowie an der Schule für Atem-, Sprech- und Stimmtherapie in Bad Nenndorf.



Allgemeine Informationen

Gebühren

Die Fortbildung kostet insgesamt 450 €. Die Summe teilt sich auf in eine Anzahlung von 50,- € und eine Restzahlung von 400,- €. Es besteht die Möglichkeit, die Restsumme nach Absprache mit Marianne Früh in Raten zu zahlen.

Anmeldung:

per E mail: info@dierotenfluegel.de oder
Anmeldeformular unter www.dierotenfluegel.de

Anmeldeschluss:

verbindliche Anmeldung bis zum 29.4.2011

Frühbucherrabatt:

verbindliche Anmeldung bis zum 20.3.2011, 420.-€

Rücktritt: bis zu zwei Wochen (5.5.2011) vor Beginn der Fortbildung wird der Betrag zurückerstattet, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 30.-€, ab dem 6.5.2011 muss eine Ersatzperson gefunden werden. Der Betrag wird in diesem Fall nicht zurückerstattet.

Veranstaltungsort

DIE ROTEN FLÜGEL

Zentrum für zeitgenössischen Tanz

Marianne Früh

Hasenpfad 4 | 68723 Plankstadt

Unterrichtszeiten

Freitag 19.00 - 22.00 Uhr

Samstag 10.00 - 17.30 Uhr

Sonntag 10.00 - 13.00 Uhr

Das Tanzzentrum DIE ROTEN FLÜGEL, Marianne Früh, steht für gesundes, ganzheitliches Tanzen und Bewegen. Es ist ein Ort der bewegten Begegnung, an dem wir uns in Bewegung und Tanz erfahren können.

Informationen über das regelmäßige Kursangebot finden Sie im Internet:

www.dierotenfluegel.de

Bankverbindung: Marianne Früh, DIE ROTEN FLÜGEL

Sparda Bank BLZ 600 908 00 | Kto.-Nr. 200 780 022



Fortbildung in integrativer Körperarbeit auf der Basis des Body-Mind Centering

mit Regina Biermann (Münster)

Drei Wochenenden:

20. - 22. Mai 2011

8. - 10. Juli 2011

23. - 25. September 2011



Fortbildung

Integrative Körperarbeit auf der Basis des Body-Mind Centering

Diese Fortbildung basiert auf den Grundannahmen, dass Körper, Geist und Seele eine untrennbare Einheit bilden, und dass von allen Ebenen heilsame Impulse auf den gesamten Organismus ausgehen können. Alles, was der Mensch im Laufe seines Lebens erfährt, wird in den Zellen gespeichert, und wird zu verkörperten Erfahrungen. Wie der Körper wiederum auf die anderen Ebenen einwirkt und wie gezielt von dort das Wachstum des ganzen Menschen gefördert werden kann, ist zentrales Thema dieser Fortbildung. Auf der Basis des Body-Mind Centering werden Bewegungsentwicklung und Körpersysteme erforscht und ihr spezifisches Potenzial veranschaulicht und dadurch bewusster nutzbar gemacht.

Für wen?

Sie richtet sich an Menschen, die in sozialen, pädagogischen und therapeutischen Berufen tätig sind und die ihre Kenntnisse über die Verflechtung der verschiedenen Ebenen und ihr eigenes Erleben darin vertiefen wollen.

Methoden der Fortbildung

Erfahrbare Anatomie und Physiologie

Anatomische und physiologische Kenntnisse, die durch Anschauungsmaterial und Modelle erweitert und in Körperarbeit vertieft werden, intensivieren die Körperwahrnehmung und ermöglichen damit eine bewusstere Aktivierung des ganzen Selbst.

Ideokinese

Durch die Verknüpfung von visuellem und kinästhetischem Sinn (Imagination und Bewegung) werden Körpererleben und Bewegung durch innere Bilder wirksam unterstützt.

Hands-On-Work

Durch Entspannung und gezielte Berührung werden Verständnis und Erfahrung vertieft und Impulse zur Restrukturierung und Reintegration vermittelt.

Authentische Bewegung

In authentischer, sich den inneren Prozessen überlassender Bewegung, können die gesammelten Erfahrungen vertieft und in das eigene Erleben integriert werden.

1. mit der Weisheit des Körpers...

... die Bewegungsentwicklung

Die Bewegungsentwicklung des Menschen vollzieht sich nach Mustern (Developmental Patterns), die in der DNA, den Genen, verankert sind. Sie legen die neuromuskuläre Verbindung (Hirnnareale, Nerven, Muskeln) an und schaffen somit die Basis für alle weiteren Bewegungsvoraussetzungen. Sie sind die Basis aller Lernprozesse im Leben.

Die Beschäftigung mit den Developmental Patterns ist eine Möglichkeit zu einer Reintegration, in der individuellen Entwicklung nicht optimal verlaufener Phasen. Dieses Nachholen verpasster Chancen, kann auch noch im Erwachsenenalter zur Entfaltung des eigenen Potenzials beitragen.

2. unter die Haut ...

... Organe und Endokrines System

Alle Lebenserfahrung verkörpert sich in den Zellen. Innere Organe und Endokrines System ermöglichen es, einen körperlichen Zugang zu Emotionen und inneren Kräften zu entwickeln. Dabei sind die verschiedenen Untersysteme der Organe Spiegel spezifischer Emotionen, die der verschiedenen endokrinen Drüsen spezifischer energetischer Zustände.

Diese im Einzelnen zu erforschen und im Hinblick auf die Entwicklung innerer Balance und Entfaltung des eigenen Potenzials zu untersuchen, steht im Mittelpunkt dieses Wochenendes.

3. kommunizieren und transformieren ...

... Nervensystem und Flüssigkeiten

Alle Prozesse der Kommunikation berühren entweder das Nervensystem, auf der Basis elektrischer Reizleitung, oder das System der Flüssigkeiten, indem es stoffliche Informationen in jede Zelle des Körpers leitet. Die gesamte Wahrnehmungs- und Handlungsfähigkeit des Menschen hängt von diesen Systemen ab. Auch die äußere Kommunikation unterliegt diesen Systemen, die Art und Weise, wie wir mit anderen Menschen in Kontakt treten. Das System der Flüssigkeiten stellt zugleich für das Nervensystem eine ausgleichende Funktion her. Es ist das System tiefer Entspannung und wirksamer Wachstums- und Lernprozesse schlechthin.