

Weiterbildung Atemrichtung IAB

Die Atmung als zentrale Kraft

Einblick in vielfältige Übungspraxis der Integralen Atem- und Bewegungsschulung (IAB) Methode Klara Wolf®

Üben, erleben und im eigenen Praxisalltag integrieren

Nachdem wir gute Bedingungen für das Atem- und Kreislaufsystem geschaffen haben, werden wir uns (in Theorie und Praxis) entlang folgender Themen bewegen:

- Verankerung, Vertikalität, Schwerkraft (Reflexe)
- Tonusregulation (Verändern und regulieren der Spannkräfte)
- Konstruktive Widerstandskraft (Resilienz, Anpassungsfähigkeit, Lebenshaltung)

Wir verbinden die inneren mit den äusseren Kräften, um sie als komplementäre Kraft zu erleben.

Zielgruppe: Atem- und Körpertherapeutinnen aller Fachrichtungen

Datum: Samstag, 30. März 2019

Zeit: 09.15 – 16.15 Uhr
6 Stunden / 1 Stunde Mittagspause

Ort: Raum Atem Bewegung Musik, Laupenstrasse 5A, 3008 Bern

Kosten: CHF 180.- für AFS-Mitglieder
CHF 220.- für Nichtmitglieder

Teilnehmer/innen: maximal 20 Personen

Mitbringen: bequeme Kleider, Socken oder Schläppli,
Matten sind im Raum vorhanden

Anmeldung bis 10. März 2019 an
sekretariat@atem-schweiz.ch

Kursleitung: Marianne Denys Gaillard
dipl. Atemtherapeutin, IAB®, (Teaml. Fortbildung IAB)

Marie-Marthe Aebischer
dipl. Atemtherapeutin, IAB®, / Spiraldynamik® basic
(Teaml. Fortbildung IAB)