

SEMINAR: BEWUSSTHEIT DURCH SPRACHE

mit Lea Wolgensinger



Die renommierte Schweizer Feldenkrais-Trainerin **Lea Wolgensinger** kommt im Oktober erneut in die Schleswig-Holsteinische Schweiz und unterrichtet **SEMINAR 2** einer **Serie von drei aufeinander aufbauenden Seminaren** zum Thema **Bewusstheit durch Sprache** für Feldenkraislehrerinnen und -lehrer sowie für andere körperorientiert arbeitende PädagogInnen und TherapeutInnen.

Maximal 12 Personen können pro Seminar teilnehmen. Anmeldungen sind ab sofort möglich. Die Teilnehmenden des ersten Seminars werden bei der Buchung des zweiten Seminars bevorzugt behandelt. Die Teilnahme an Seminar 1 ist Voraussetzung für die Teilnahme an den weiteren Seminaren; in Frankfurt am Main kann Seminar 1 derzeit noch gebucht werden - es findet dort am 3./4.09.2011 statt. Ich leite Ihre Anfrage für Frankfurt gerne weiter.

SEMINAR-TERMINE

Seminar 1 - Basisseminar	Sa 25. / So 26. Juni 2011 (hat bereits stattgefunden)
Seminar 2 - Aufbauseminar	Sa 22. / So 23. Oktober 2011
Seminar 3 - Abschlusssseminar	Sa 24. / So 25. März 2012

Samstags jeweils von 11.00-14.00 und von 16.00-19.30 Uhr (6,5 Stunden)
Sonntags jeweils von 09.30-12.30 und von 14.30-17.00 Uhr (5,5 Stunden)

SEMINAR-ORT

Lern-und-Bewegungs-Initiative-Krummbek e.V.
L. U. B. I. K.
Göttsch-Hof 1
24217 Krummbek (bei Schönberg an der Ostsee)
www.lubik.net



Foto: L.U.B.I.K.

SEMINAR-LEITUNG



Foto: privat

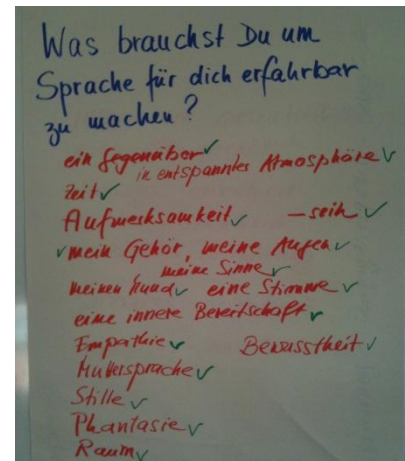
Lea Wolgensinger war mit Moshé Feldenkrais seit ihrer frühesten Kindheit vertraut und ließ sich 1981-1983 von ihm in Amherst, USA, zum Practitioner ausbilden. In Europa beteiligte sie sich in der Folge intensiv am Aufbau der politischen Strukturen für die Feldenkrais-Methode. Seit 1988 ist sie Assistentin, seit 1998 Trainerin in eigenen und anderen Ausbildungen. Ab 1987 hat sie erweiternde Ausbildungen in Kommunikation und Coaching durchlaufen. Lea Wolgensinger ist eidgenössische diplomierte Erwachsenenbildnerin, sie lebt und arbeitet in der Schweiz, in Tegna im Tessin und in Zürich.

Lea Wolgensingers Website: www.simplicity.ch

INHALT

In der Feldenkrais-Methode ist Sprache ein unverzichtbares Medium. Lea Wolgensinger beschäftigt sich seit 1987 mit diesem Thema, sich selbst, Moshé (in Videoaufzeichnungen) und andere beobachtend. Ihr Anliegen ist es, **mehr Bewusstheit im Gebrauch der Sprache für Feldenkrais-LehrerInnen** – und inzwischen auch für andere körperorientiert arbeitende Lehrer und Therapeuten wie z.B. der Alexander-Technik – **zu vermitteln**. Dafür hat sie dieses spezielle dreiteilige Seminar entwickelt, das sie seit 2004 bereits viele Male erfolgreich in Deutschland und in der Schweiz durchgeführt hat.

Die eigene innere Sprache bewusst wahrnehmen, genau zuhören und konstruktiv nachfragen lernen, machen die eigenen Sprachmuster erkennbar und dadurch veränderbar. Innere Sprache kann in Bewegung und auch Bewegungsanleitung umgesetzt werden. Die begleitenden Gespräche im Rahmen einer Einzelstunde erhalten eine neue Bedeutung, wenn wir erkennen lernen, was dahinter zum Beispiel für Vorannahmen stehen. Feldenkrais-LehrerInnen gewinnen durch diese Seminare Klarheit und Kompetenz für sich selbst und ihre Arbeit, was ihr Selbstwertgefühl stärkt. Die Leichtigkeit, Freude und Lust, über die Feldenkrais-Methode zu sprechen, werden deutlich erhöht.



AUFBAU

Das Seminar begann mit dem **Basisseminar**. Wir erfuhren in uns selbst, um was es geht bei der Sprache, welche erweiternden Möglichkeiten ich in mir aktivieren kann, was allgemein über Kommunikation gewusst werden muss, was für ein Menschenbild z.B. der Feldenkrais-Arbeit zugrunde liegt und wie ich das in meiner Praxis umsetzen kann.

Das zweite Seminar ist ein **Aufbauseminar**. Wir schulen unsere Fähigkeiten, zuzuhören, über die Worte des Gesagten hinaus. Wir erlernen, wie wir mit konstruktiven Fragen mehr Klarheit in uns und unserem Gegenüber schaffen, so dass unsere Absichten in die gleiche Richtung gehen.

Das dritte Seminar ist das **Abschlussseminar**. Es setzt das Gelernte praktisch in einer Feldstudie um. Diese Erfahrung wird gemeinsam analysiert, durch neue Einsichten ergänzt und es werden eigene Ziele gesetzt und verankert. Täglich wird eine ATM unterrichtet.

ZERTIFIKAT und ANERKENNUNG

Dieses dreiteilige Seminar ist vom Feldenkrais Verband Deutschland und dem Schweizerischen Feldenkrais Verband als „fachspezifische Weiterbildung“ anerkannt und endet mit der Übergabe eines Zertifikats.

In den Zeiten zwischen den Seminaren bietet Lea Wolgensinger Themen an, mit denen die TN für sich selbst arbeiten können und in denen Lea sie über Telefon oder über E-Mail unterstützen kann.

Die Seminare bauen aufeinander auf, können aber im Einzelfall und nur nach Absprache mit der Seminarleiterin auch einzeln gebucht werden.

Die Seminare 2 und 3 können in seltenen Fällen in umgekehrter Reihenfolge besucht werden. In diesem Falle erhält der/die TN das Zertifikat erst, wenn alle drei Seminare abschliessend besucht worden sind. Die Kursleiterin entscheidet, bei welchen TN das möglich ist.

STIMMEN zum Seminar

„Wir haben diese Fortbildung letztes und vorletztes Jahr in Neustadt organisiert und Du kannst mit viel Vorfreude auf die Seminare mit Lea blicken – es war wirklich wunderbar.“ Astrid Lichti

„Wir haben mit Lea in Aschaffenburg alle drei Themenkreise rund um die Sprache erforscht – in jeder Hinsicht lohnenswert!“ Ulla Wietheger

KOSTEN

Kosten für Seminar 2: **268,- €**
Für Frühbucher, Angebot gültig bis
zum 15. August 2011: **243,- €**



ANMELDUNG

Ihre Anmeldung (siehe unten) für das zweite Seminar senden Sie mir bitte per Post oder per E-Mail! Die Anmeldung wird gültig bei Überweisung des Betrages für das zweite Seminar. Da die Teilnehmerzahl auf 12 begrenzt ist, wird Ihre Anmeldung in der Reihenfolge des Posteingangs berücksichtigt; die TN des ersten Seminars haben Vorrang bei der Buchung. Sie erhalten umgehend eine Bestätigung und eine Woche vor Seminarbeginn weitere Informationen.

Anmeldeschluss: 15. September 2011

STORNO

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist nur schriftlich bis 8 Wochen vor Seminarbeginn kostenfrei. Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Beginn werden 50 % der Teilnahmegebühren erstattet.

Bei Rücktritt weniger als 7 Tage vor Seminarbeginn ist eine Erstattung nicht möglich.

HINWEISE für Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer

Bitte eine Matte, warme, bequeme Kleidung, dicke Socken sowie Unterstützungsmaterial für den Kopf mitbringen!

Ein leichter Mittagssnack sowie die Kaffee- und Teepausen sind im Seminarpreis inbegriffen. Restauranttips für den Abend gibt es vor Ort.

UNTERBRINGUNGSMÖGLICHKEITEN

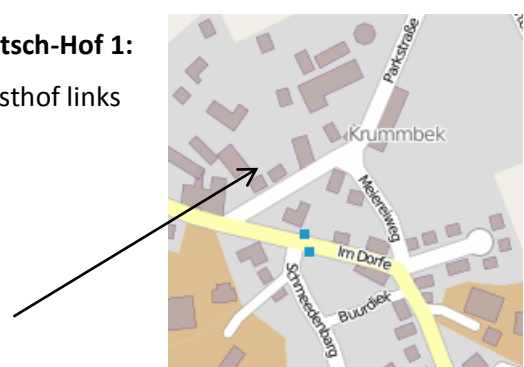
Witts Gasthof, Im Dorfe 9, 24217 Krumbek, www.witts-gasthof.de (EZ 45,-€ / DZ 74,-€)

Für die Seminare 2 und 3 ist Witts Gasthof der perfekte Übernachtungsort – große Zimmer, günstige Preise und direkt neben der LUBIK-Scheune gelegen.

ANFAHRTSBESCHREIBUNG

So finden Sie die LUBIK-Scheune in 24217 Krumbek, Götsch-Hof 1:

- Aus Richtung Schönberg kommend hinter Witts Gasthof links in die Parkstraße einbiegen.
- Nach ca. 100m links in den Götsch-Hof einbiegen.



- Nach ca. 30m liegt die LUBIK-Scheune auf der linken Seite.
- Parkplätze befinden sich direkt vor der Scheune am Götttsch-Hof 1.

ORGANISATION



Cornelia Berens, M.A.

Freie Lektorin (ADB) und lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin (FVD)

Prehnskamp 11, 24321 Giekau

Tel. 0 43 81 40 46 95

E-Mail kontakt@cornelia-berens.de / Internet www.cornelia-berens.de

BANKVERBINDUNG

Förde Sparkasse Lütjenburg (BLZ 210 501 70)

Kontoinhaberin: Cornelia Berens | Konto: 1000 618 585

Wolgensinger-Seminar 2

ANMELDE-FORMULAR für das Seminar 2 **Bewusstheit durch Sprache** in Krumbek, 22./23.10.2011

Name **Vorname**

Straße **PLZ/Ort**

Tel. **E-Mail**

Training und Abschluss

Ich akzeptiere die Anmelde- und Teilnahmebedingungen und bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich den Betrag für das Seminar 2 überwiesen habe.

Datum und Unterschrift
