

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 13.04.2012

Frühbucherrabatt:

verbindliche Anmeldung bis zum 09.03.2012, 420.-€

Rücktritt: bis zu zwei Wochen (20.04.2012) vor Beginn der Fortbildung wird der Betrag zurückerstattet, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 30.-€, ab dem 21.5.2012 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:

4. - 6. Mai 2012

6. - 8. Juli 2012

21. - 23. September 2012



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. Ein weiteres Thema, das die ganze Fortbildung durchzieht ist die Bewegungsentwicklung, da sie die Entfaltung der einzelnen Systeme und ihres jeweiligen Potentials berührt. Bewegung, Tanz, Aspekte choreografischer Tätigkeit sowie Möglichkeiten der individuellen Weiterarbeit in unterschiedlichen Berufsfeldern werden aus der Perspektive der verschiedenen Systeme heraus thematisiert und integriert.

Für wen?

Die Fortbildung 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.

1. Wochenende

Potentialentfaltung oder "use it or lose it" Muskulatur und Nervensystem

Muskulatur und Nervengewebe können sich nur entwickeln, wenn sie gebraucht werden. Werden sie nicht genutzt, bilden sie sich sogar zurück. Und beide Systeme entstehen in Abhängigkeit zu einander. Muskelgewebe baut sich auf, wenn es entsprechende Impulse vom motorischen Nerv zur Kontraktion erhält. Umgekehrt entwickelt sich das Gehirn durch Bewegung und Sinneseindrücke. Es braucht beides, um Repräsentanzen der inneren und äußeren Welten zu bilden. Hirnareale steuern wiederum die Muskulatur, mit der wir unsere innere Welt balancieren und uns in der äußeren Welt zurechtfinden. Bewegung ist Lernen ist Bewegung ist Lernen ist ... Entfaltung unseres Potentials.

2. Wochenende

Struktur und Prozess Skelett und Flüssigkeiten

Gegensätzlicher können auf den ersten Blick die Systeme Skelett und Flüssigkeiten nicht sein. Die Knochen als solidestes Körpergewebe geben dem Organismus Halt, ermöglichen seine Auf- und Ausrichtung, schützen und stützen die weichen Gewebe und geben Struktur. Die Flüssigkeiten verleihen dem Körper Flexibilität und Durchlässigkeit, ermöglichen innere und äußere Bewegung. Skelett und Flüssigkeiten stehen jedoch in engem Austausch miteinander. Zusammen verkörpern die beiden Systeme die Wechselwirkung von Struktur und Prozess, die lebensfähig und entwicklungsfähig macht.

3. Wochenende

Instinkt und Kontrolle Endokrines System und Nervensystem

Beide Systeme gehören so eng zusammen, dass sie auch als Neuroendokrines System bezeichnet werden. Zugleich verkörpern sie zwei sehr unterschiedliche Dimensionen des Lebens: Instinkthafte und kontrolliertes Verhalten. Während das Endokrine System vor allem unsere animalische und instinkthafte Seite verkörpert, ermöglicht uns das Nervensystem eine weitgehende Kontrolle darüber. Diese beiden gegensätzlichen Kräfte begegnen sich auf dem Hintergrund individueller Förderung und Lebenserfahrung. Zusammen ermöglichen beide Systeme persönlichen Ausdruck, Kreativität und Autonomie.