

Simplicity

„Bewusstheit durch Sprache“

Neue Seminarreihe mit Lea Wolgensinger in Frankfurt am Main

Lea Wolgensinger bietet diese fachspezifische Fortbildung in einer aufeinander aufbauenden Seminarreihe für Feldenkrais-LehrerInnen und anderen, körperorientiert arbeitenden PädagogInnen und TherapeutInnen, an.

Seminartermine:

Basisseminar: 03. + 04. September 2011

Aufbauseminar: 14. + 15. Januar 2012

Abschlusssseminar: 21. + 22. April 2012

Samstags jeweils von 10.00-13.00 und 15.00-18.00 Uhr (6,0 Stunden)

Sonntags jeweils von 09.30-12.30 und 14.30-17.30 Uhr (6,0 Stunden)

Seminarort:

EVAngelisches Frauenbegegnungszentrum

Saalgasse 15 ,60311 Frankfurt am Main

www.eva-frauenzentrum.de

Die Lage des Seminarortes ist für die Durchführung des Seminars ideal, denn er liegt ruhig mitten im Herzen von Frankfurt. Wir sind nur ein paar Schritte vom Main entfernt, an dem man in den Pausen schlendern kann, dem Römerberg mit seinen historischen Bauten und nah genug zur Innenstadt, um sein hart verdientes Geld wieder auszugeben.



Lea Wolgensinger war mit Moshe Feldenkrais seit ihrer frühesten Kindheit vertraut und ließ sich 1980-1983 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, Coaching und NLP durchlaufen. Sie ist eidgenössisch diplomierte Erwachsenenbildnerin, lebt und arbeitet in der Schweiz - in Tegna, im Tessin und in Zürich.

Website: www.simplicity.ch

WARUM DIESE SEMINARREIHE?

In der Feldenkrais-Methode ist Sprache ein unverzichtbares Medium. Lea Wolgensinger beschäftigt sich seit 1987 mit diesem Thema und Ihr Anliegen ist es, **mehr Bewusstheit im Gebrauch der Sprache** für Feldenkrais-LehrerInnen - und inzwischen auch für andere körperorientiert arbeitende LehrerInnen und TherapeutInnen wie z.B. der Alexander-Technik - zu vermitteln.

Die eigene Sprache bewusst wahrzunehmen, genau zuzuhören und konstruktiv nachfragen zu lernen, machen die eigenen Sprachmuster erkennbar und dadurch veränderbar. 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 (z.B. eine Vorannahme) steht. Alle TeilnehmerInnen gewinnen durch diese Seminare mehr Klarheit und Kompetenz für sich selbst und ihre Arbeit. Das Selbstwertgefühl, die Lust und Freude, auch über die Feldenkrais-Methode zu sprechen, werden deutlich erhöht. Du gewinnst an Authentizität, wirst mehr "du selbst" und musst weniger „eine Rolle spielen".

INHALTE

Im Basisseminar erfahren wir in uns selbst, um was es bei der Sprache geht, 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.

Im Aufbauseminar schulen wir unsere Fähigkeiten zuzuhören, über die Worte des Gesagten hinaus. Wir lernen, wie wir mit konstruktiven Fragen mehr Klarheit in uns und unserem Gegenüber schaffen, so dass unsere Absichten in die gleiche Richtung gehen.

Im Abschlusseminar setzen wir das Gelernte praktisch in einer Feldstudie um. Diese Erfahrung wird gemeinsam analysiert und durch neue Einsichten ergänzt. Es werden eigene Ziele gesetzt und verankert. Täglich wird eine ATM unterrichtet.

Darüber hinaus bietet Lea Wolgensinger zwischen den Seminaren Themen an, mit denen die TeilnehmerInnen für sich selbst oder untereinander arbeiten können und in denen Lea über Telefon oder über E-Mail unterstützend wirken kann.

AUFBAU

Die Seminare bauen aufeinander auf. Können, aber nur im Einzelfall und **nur** in Absprache mit der Seminarleiterin, einzeln gebucht werden.

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

ANERKENNUNG und ZERTIFIZIERUNG

Diese Seminarreihe ist sowohl vom Feldenkrais Verband Deutschland e.V. als auch dem Schweizerischen Verband, als „fachspezifische Weiterbildung“ anerkannt und endet mit der Übergabe eines Zertifikates.

STIMMEN zum Seminar

„Wir haben diese Fortbildung letztes und vorletztes Jahr in Neustadt organisiert und Du kannst mit 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

Pro Seminar: **265,-- Euro**
250,-- Euro für Frühbucher, bis 2 Monate vor Beginn des 1. Seminars (1.7.2011)

ANMELDEBEDINGUNGEN

Die Anmeldung erfolgt für alle drei Seminare und ist **gültig mit der Überweisung des Beitrages** für das **1. Seminar**. Ihre Anmeldung senden Sie bitte per Post oder E-Mail, die Bestätigung erfolgt umgehend.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt. Ihre Anmeldung wird in der Reihenfolge des Posteingangs berücksichtigt. Sollte ein Termin in Frankfurt nicht wahrgenommen werden können, bin ich gerne dabei behilflich, einen Wechsel zu einem der anderen Seminarorte zu ermöglichen.

Anmeldeschluss ist der 05. August 2011

Die Seminarreihe wird außer in Frankfurt, noch in Berlin und Krumbek angeboten.

STORNOFRISTEN

Bei Stornierung bis 6 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 60,-- Euro berechnet, danach ist die volle Summe zu entrichten, außer es kann eine Ersatzperson gestellt werden.

Sollte das Seminar unsererseits nicht zustande kommen, erhalten Sie spätestens eine Woche vor Seminarbeginn Bescheid und Ihre Kosten zurückerstattet. Es wird lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 5,-- Euro einbehalten.

HINWEISE

Bitte warme bequeme Kleidung, dicke Socken mitbringen. Matten und Kopfunterlagen sind auf Wunsch vorhanden. Kaffee und Tee für die Pausen sind im Seminarpreis enthalten. Da wir uns in sehr zentraler Lage befinden, gibt es ausreichend Möglichkeiten für die Mittagspause und den Abend.

Für die Unterbringung sind die Teilnehmer selbst verantwortlich. Auf Wunsch bin ich jedoch gerne bei der Suche behilflich. Möglicherweise gibt es auch KollegInnen, die bereit sind, eine Möglichkeit zur Übernachtung anzubieten. Sie können sich gerne mit mir in Verbindung setzen.

ORGANISATION



E-Mail: feldenkrais@ems-feldenkrais.de

Eva-Maria Spieß
Uhlandstr. 30
60311 Frankfurt am Main
Tel. 069 738 41 73
Mobil. 0177 342 6304
Website: www.ems-feldenkrais.de

ANFAHRTSBESCHREIBUNG



Das EVangelische Frauenbegegnungszentrum liegt in der Saalgasse 15 in der Innenstadt Frankfurts, zwischen Main und Rathaus, dem „Römer“, Dom und Historischem Museum.

Sie erreichen uns:

- mit dem Auto, indem sie die Innenstadt und dort das Parkhaus Römer ansteuern
- mit öffentlichem Nahverkehr:

Vom Frankfurter Hauptbahnhof: (ca. 15-20 Minuten)
U4 Richtung Seckbacher Landstraße oder **U5** Richtung Preungesheim, zwei Stationen zur Haltestelle Dom/Römer, 2 Minuten zu Fuß oder
Straßenbahnen der Linie **11** und **12** zur Haltestelle Römer/Paulskirche, 3 Minuten zu Fuß.

S-Bahnen (und einige U-Bahnen) halten an der Haltestelle Hauptwache, von dort sind es 5-7 Minuten zu Fuß.

Verbindliche ANMELDUNG

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ/Ort _____

Tel. _____ E-Mail _____

Training und Abschluss _____

Ich akzeptiere die Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Datum und Unterschrift

BANKVERBINDUNG:

Frankfurter Sparkasse . BLZ 500 502 01 . Kto.-Nr. 1246409427
Wolgensingers-Seminar 1