



**Intelligenz des Körpers**

**Beweglichkeit des Geistes**

**Wirksamkeit des Handelns**

**Ilana Nevill**

**„Mit ein bisschen Luft hast Du mehr als zwei Hände.....“**

**Einsatz und Wirkungsweise von Luftbällen als Vorstufe für die Arbeit mit dem Lufttisch.**

**Einführungsseminar vom 28. – 30. Oktober 2011 in Offenbach am Main**

In diesem als Einführung konzipierten Fortbildungsseminar werden wir mit aufblasbaren Bällen experimentieren und deren Wert als Lernhilfen kennenlernen.

Dabei geht es vor allem um:

- Förderung organischer Bewegung und die Fähigkeit "loszulassen"
- Anregung spielerischer Kreativität (*Bewusstheit durch Bewegung als Selbst-FI*)
- Unterstützung optimaler Selbstorganisation
- Verfeinerung von Sensibilität und Wahrnehmungsvermögen
- Erfahrung, dass weniger Anstrengung ganz konkret mehr Bewusstheit bedeutet.



## **Lufttisch**

Ilana stellt den Lufttisch vor und alle TeilnehmerInnen werden die Möglichkeit haben, ihn auszuprobieren.

Um effizienter an dem Workshop teilnehmen zu können, wäre es von Vorteil, wenn jeder Teilnehmer folgendes Material mitbringen würde:

- ✚ 6 kleine Overballs ø 25 cm, 1 Matte, 1 große Wolledecke, 1 gr. Handtuch oder sonstiges Tuch (waschbar).
- ✚ **Falls vorhanden**, bitte diverse EGGballs ø 45 cm, ø 55 cm und ø 65 cm mitbringen und bei Anmeldung angeben, was mitgebracht werden kann.



**Ilana Nevill**

## Biographie

Englisch -, Französisch - und Pädagogik-Studium in Hamburg und Köln mit Abschluss: Dip. Päd. Tätigkeit als Sprachlehrerin, Journalistin und Übersetzerin. 1974 Umzug nach England. 1980 Yoga Lehrer Diplom, 1990 Abschluss des Professional Feldenkrais Training Programs, London; 1992 Diplom in therapeutischer Massage. 1996 Qualifikation als Assistent Trainer.

Nach Abschluss der ersten englischen Feldenkrais Ausbildung (London 1986-1990) unterrichtete ich in eigener Praxis sowie in einer Klinik für Neuro-Rehabilitation in Bath, England; ab 1996 gelegentlich auch als Assistent Trainer in den USA, Deutschland, Holland und vor allem in Paris, wo ich viele meiner späteren französischen Kollegen/Innen kennenlernte, von denen einige seit meinem Umzug in die französischen Pyrenäen (2006) regelmäßig Advanced Workshops zum Thema *Nur ein bisschen Luft...* für mich organisieren.

## Einsatz, Arbeitsweise, Erfahrungen und Vorteile

Von 2006 bis 2009 habe ich jedes Jahr mehrere Wochen in einem Zentrum für behinderte palästinensische Kinder verbracht. Dabei konnte ich meine langjährigen Erfahrungen mit dem Einsatz aufblasbarer Bälle in der Feldenkrais Praxis insofern entscheidend vervollkommen, als ich dort ausschließlich mit Babies und Kindern unterschiedlichen Alters und deren Müttern zu tun hatte.

Auch hier bestätigte sich, was ich ursprünglich bei der Arbeit mit besonders empfindlichen Personen entdeckt hatte: Die Qualität der dialogischen Beziehung zwischen Schüler/Klient und Lehrer/Practitioner, sowie Spielraum und Erfolg spielerischen Lernens, werden bei geschickt-intelligenter Verwendung mehr oder weniger stark aufgeblasener Bälle - verschiedener Form und Größe - eindeutig verbessert.

Der Grund: mittels solch sanft nachgebender, den Körper angenehm unterstützender Lernhilfen, lassen sich unnötige Anstrengungen relativ schnell abbauen, während Mobilität und Bewusstheit in gleichem Masse zunehmen – bzw. bei beiden Partnern im gemeinsamen Lernprozess.

Das gilt für unsere Arbeit ganz allgemein, vor allem aber für die Rehabilitation von Menschen, deren Nervensystem bei der Geburt, durch Unfall oder Krankheit beschädigt wurde.

(Mehr Information in dem Gespräch mit Uta Ruge: *Mit ein bisschen Luft hast Du mehr als zwei Hände*, **Feldenkraisforum, September 2010**).

Ilana Nevill hat Ihren Wohnsitz seit 2006 in Frankreich.

### Zitat von Jeff Haller:

"I want to tell you I am impressed and believe you have done original work. Moshe used to talk about the best medium to give Functional Integration in would create the feeling of uniform contact and support for the whole self. You come close to it with the air beds."

### Übersetzt:

"Ich möchte Dir sagen, dass ich beeindruckt bin. Du hast originelle Arbeit geleistet. Moshe pflegte zu sagen, das beste Medium für Funktionale Integration würde ein Gefühl von gleichmäßigem Kontakt und einheitlicher Unterstützung des gesamten Selbst erzeugen. Mit den Luftbetten kommst Du dem nahe."

## Teilnahmebedingungen:

<b>Unterrichtszeiten:</b>	Freitag bis Sonntag von 09.00-13.00 Uhr und 14.30-18.00 Uhr, dazwischen jeweils eine Kaffeepause
<b>Gebühr:</b>	Euro 350,--
<b>Zahlbar:</b>	Die <b>Gebühr ist spätestens bis zum 15.09.2011</b> zu überweisen.
<b>Anmeldeschluss:</b>	6 Wochen vor Beginn des Workshops
<b>Anmeldebedingungen:</b>	Die verbindliche Anmeldung kann per E-Mail oder per Post erfolgen. Danach erhalten Sie eine Bestätigung per Mail oder telefonisch. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
<b>Stornofrist:</b>	Bei Rücktritt bis 6 Wochen vor Beginn des Workshops wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von Euro 60,-- berechnet, danach ist die gesamte Gebühr fällig, es sei denn, es kann eine Ersatzperson gestellt werden
<b>Veranstaltungsort:</b>	„ <b>Das Gewächshaus</b> “, 63607 Offenbach am Main, Bettinastr.1 Hh. www.dasgewächshaus.de
<b>Anmeldung und Infos:</b>	Eva-Maria Spieß Uhlandstr. 30, 60314 Frankfurt feldenkrais@ems-feldenkrais.de Tel. 069 738 41 73  oder  Sonja Werner Hauptstr. 43, 61184 Karben/Okarben sonja@feldenkrais-karben.de Tel. 06039/2092148
<b>Bankverbindung:</b>	Eva-Maria Spieß, Kto.-Nr. 0381002861 BLZ 50050201 bei FraSpa 1822

---

**Anmeldung:** (Die Anmeldebedingungen sind mir bekannt)

**Name:** .....

**Anschrift:** .....

**Telefon/Mail:** .....

**Ort, Datum:** .....

**Unterschrift:** .....

Ich kann einen, mehrere EGGballs mitbringen:  ø 45 cm / Stck.   
 ø 55 cm / Stck.   
 ø 65 cm / Stck.