

FELDENKRAIS METHODE®

ADVANCED TRAINING

TRANSITIONEN

SUSANNE BRAUN

Bewegung ist ein fortlaufender, von Moment zu Moment stattfindender Fluss von Übergängen.

Diese Übergänge werden ständig auf verschiedenen Ebenen koordiniert: Von einem Stützpunkt zum nächsten, von einer Orientierung zu einer anderen, von einem Verständnis und Bild zu einem anderen.

Unterstützung und Handlung müssen nahtlos miteinander koordiniert sein, damit eine Bewegung mühelos wird - neurologisch eine miteinander verwobene Kreation. Der Fluss in diesen Transitionen hängt von den Unterscheidungen ab, die wir in unserer Selbstwahrnehmung treffen können, von unserer Fähigkeit Bewegungsbilder zu formen, die Rolle von Schwerkraft und Boden-Reaktionskräften zu verstehen und von unserer Kapazität, Aufmerksamkeit in uns selbst und im Raum aufrechtzuerhalten.

Transition wird in ATM und FI thematisiert werden, ebenso wie Veränderungsprozesse als wiederkehrende Themen im Leben allgemein beleuchtet werden: In Beziehung zu den eigenen Lernprozessen und in der Arbeit mit Schüler*innen und Klient*innen.

SFV- und EMR-anerkannte Weiterbildung für zertifizierte Practitioner und Student*innen im 4. Ausbildungsjahr.

Leitung: Susanne Braun, Feldenkrais Trainerin

Zeiten: FRE 17.30-20.30 H, SAM & SON 11.00-17.00 H

Kosten: CHF 300.00.

Anmeldefrist: 18. August 2026

FRE-SON, 18. - 20. SEPTEMBER 2026

Anmeldung/Info: www.susannebraun.ch

susanne.braun@hispeed.ch, +41 (0)79 621 97 41