

# Kursausschreibung

LEHRGANG BASIC MOVE 16 TAGE | SALZBURG AB 18.02.2021

---

## Event

Von Kopf bis Fuss alles zum Thema Bewegungskoordination: Der Lehrgang Basic Move ist die Spiraldynamik® Basisausbildung für Menschen aus Bewegungspädagogik, Komplementärtherapie, Bewegungskunst und verwandten Sparten - erkenntnisorientiert und praktisch umsetzbar.

## Kursziel

Sie erleben die Zusammenhänge zwischen Bewegungspotential und Anatomie, zwischen Praxis und Theorie. Sie haben die Kompetenz, die anatomisch begründeten Bewegungsprinzipien theoretisch zu verstehen und praktisch nachhaltig umsetzen zu können. Sie haben die Fähigkeit mit gezielten Interventionen die Bewegungsqualität bei sich selbst und bei Ihren Klienten/Schülern nachhaltig zu optimieren.

## Kursinhalt

- Spiraldynamik® Prinzipien: Polaritätsprinzip, Aufrichteprinzip, Gewölbeprinzip, Spiralprinzip, Wellenprinzip und Grundbewegungen
- 3D-Anatomie Grundlagen: Knochen, Gelenke, Bänder, Muskulatur
- Pädagogische Prinzipien: Didaktik der Bewegungsschulung und physiopädagogische Instruktion
- Therapeutische Prinzipien im Ansatz
- 3D-Bewegungsanalyse: Erkennen von Details und Globalzusammenhang
- Interpretation und ableiten sinnvoller Lernziele
- Wahrnehmungsschulung: eigene Defizite erkennen und verändern
- manuelle Bewegungsführung: entwickeln neuer Bewegungspotentiale
- Bewegungsschulung: entdeckend, aktiv und kreativ
- Integration der neuen Bewegungsqualität in den Alltag
- Anwendungsvielfalt in Unterricht, Training, Beratung etc.
- Hilfe zur Selbsthilfe für sich selbst, für Klienten, Schüler etc.

## Methodik

Die Lerninhalte werden im Wechsel von verschiedenen Lehr- und Lernformen, in Theorie und Praxis erarbeitet. Das tägliche Spiraldynamik® Körpertraining erweitert das individuelle Bewegungsrepertoire und erleichtert die Integration des Gelernten ins persönliche Bewegungsverhalten und in die professionelle Arbeit. Aufgabenstellungen zwischen den einzelnen Kursmodulen sowie Lernerfolgskontrollen fördern das Selbststudium. Dozenten unterstützen die Kursteilnehmenden individuell.

## Hinweis

Ein adäquater Versicherungsschutz (Unfall/Diebstahl) ist Sache des Kursteilnehmenden. Programmänderungen wie Umbesetzung und Verschiebungen bleiben vorbehalten. Spiraldynamik® ist eine international registrierte und geschützte Marke. [www.spiraldynamik.com](http://www.spiraldynamik.com)

## Kurshinweis

Ein Skript wird am ersten Kurstag zur Verfügung gestellt.

Buchempfehlung:

Physiotherapie, Band 1: Bewegungssystem, Antje Hüter-Becker e.a., Thieme Verlag, Stuttgart. Erhältlich im Buchhandel.

Bitte zum Kurs mitbringen:

Ein Theraband (ca. 2m, blau oder grün), ein kleines Handtuch und bewegungsfreundliche Kleidung. Ein Skelettmodell - flexible Wirbelsäule, Arm und Bein - ist für den Unterricht von Vorteil.

# Kursausschreibung

LEHRGANG BASIC MOVE 16 TAGE | SALZBURG AB 18.02.2021

---

## Leitung

Hager-Forstenlechner, Eva

## Daten und Zeiten

|                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| Donnerstag, 18.02.2021 | 10.00 - 18.00 Uhr |
| Freitag, 19.02.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Samstag, 20.02.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Sonntag, 21.02.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Donnerstag, 18.03.2021 | 10.00 - 18.00 Uhr |
| Freitag, 19.03.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Samstag, 20.03.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Sonntag, 21.03.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Donnerstag, 22.04.2021 | 10.00 - 18.00 Uhr |
| Freitag, 23.04.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Samstag, 24.04.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Sonntag, 25.04.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Donnerstag, 27.05.2021 | 10.00 - 18.00 Uhr |
| Freitag, 28.05.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Samstag, 29.05.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |
| Sonntag, 30.05.2021    | 09.00 - 17.00 Uhr |

## Kursadresse

Spiraldynamik® Center für Yoga und Bodymind | Wasserfeldstrasse 17 | Österreich-5020 Salzburg | <http://www.spiraldynamik-yoga.at>

## Kurskosten

EUR 2200.00.-

## Teilnehmerzahl

Min. 16 | Max. 24

## Organisator

Spiraldynamik® Akademie AG | Südstrasse 113 | Schweiz - 8008 Zürich