19. – 20. Oktober 2024

Trager – In der Mitte liegt die Kraft!

Wie wäre es, wenn du bewusst Wege gehen könntest, um mit Leichtigkeit wieder in deine Kraft zu kommen? Wenn du im Alltagsstress mehr in deiner Mitte ruhen und aus ihr heraus sein und arbeiten könntest? Und wenn Burnout und Depression keine Chance hätten, weil du dich aus deiner Mitte heraus gut regulieren kannst und von da aus für dich und die PatientInnen wirksam sein kannst? Finde es heraus!

Kursinhalt

- Konkrete Techniken und Hilfsmittel erlernen, um «die Mitte» zu finden
- Entdecken, wie die Schwerkraft beim Suchen nach der Mitte helfen kann
- Erfahren, wie die Suche nach der Mitte uns bei der Arbeit unterstützen kann (die Arbeit leichter werden lässt)
- Die Trager Prinzipien und Hilfsmittel kennenlernen, die sehr gut in jede andere Form von Körperarbeit integriert werden können
- Zentriert und fokussiert arbeiten können, um sich selber nicht im Machen zu verlieren

Kursziel

Die Teilnehmenden

- kennen einfache Techniken, um näher zur «Mitte» zu kommen
- sind sich der unterstützenden Wirkung der Schwerkraft bewusst
- erleben als Behandelnde und EmpfängerIn die Qualität von Arbeit, die aus der Mitte und aus einem verbundenen Zustand kommt
- erfahren zunehmend Leichtigkeit in der therapeutischen Arbeit
- sammeln Erfahrungen über die Wichtigkeit von Pausen und Selbstfürsorge während der Arbeit

Dozierende

Elisabeth Jäger | Matthias von Rohr

Kursinfo

Theorie & Praxis
14 Kursstunden | max. 16 Teilnehmer

Voraussetzung

Med. MasseurIn eidg. FA,
Med. Therapieausbildung

Sa – So, 19. – 20. Oktober 2024
9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
Schachenallee 29, 5000 Aarau
vdms-asmm-Mitglieder CHF 380.00
Nichtmitglieder CHF 560.00
Mitbringen: Schreibmaterial, lockere Kleidung, dicke Socken oder Haus-/Gymnastikschuhe