

EUTONIE

Eine gute Körperspannung spielt für unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unser körperlich-seelisches Gleichgewicht eine große Rolle.

Gerda Alexander (1908 - 1994) hat mit der somatopsychischen Methode EUTONIE eine Form der Körperbewusstseinsarbeit entwickelt, die uns hilft, unseren Körpertonus bewusst wahrzunehmen.

EU: wohl, angemessen
TONUS: Körperspannung

Mit einfachen, wohltuenden und wirksamen Übungen in Ruhe und Bewegung lernen wir, den Tonus zu regulieren sowie Verspannungen und Muskelfixierungen zu lösen. Der Tonus kann sich flexibler auf unterschiedliche Situationen einstellen. So finden wir mit der Eutonie zu einer freien und gelösten Beweglichkeit und vermehrter Elastizität. Das wirkt sich auch auf unsere Aufrichtung, die vegetativen Funktionen, wie Atmung und Blutkreislauf und auf unsere psychische Befindlichkeit aus.

Als ausgebildete Eutonie-Pädagogin/-Pädagoge fördern und begleiten Sie Menschen in Richtung

- Körperbewusstsein und Tonusflexibilität
- Selbstwahrnehmung und Präsenz
- Gesundheit und Regeneration
- Stressbewältigung und Wohlbefinden
- Entdeckerfreude und Kreativität
- Empathie und Beziehungsfähigkeit

KONTAKT

Eutonie-Akademie Bremen
Martina Kreß und Renate Riese GbR
An Smidts Park 41
28719 Bremen
Martina Kreß: 0177 5400963
Renate Riese: 0421 326217
kontakt@eutonie-akademie.de

Weitere Informationen finden Sie
auf unserer Webseite:
www.eutonie-akademie.de

„Bewohnt Euren Körper, bewohnt Euren Raum, seid
offen für alles Erstaunliche, fragt ohne Unterlass die
Welt, befragt sie mit Euren Sinnen“

Gerda Alexander, Gründerin der Eutonie



KÖRPER-BEWUSST-SEIN UND TONUS

Berufliche Weiterbildung und Zusatzausbildung in Eutonie-Pädagogik

für Menschen in pädagogischen,
therapeutischen und künstlerischen Berufen

Dezember 2023 - April 2025

Eutonie-Akademie Bremen
www.eutonie-akademie.de

ZUSATZAUSBILDUNG EUTONIE

ZIELGRUPPE

Sie haben einen Beruf im pädagogischen, künstlerischen, therapeutischen oder pflegenden Feld erlernt und möglichst schon mit Gruppen gearbeitet. Für die Teilnahme an der Zusatzausbildung müssen 150 Ustd. Eutonie-Selbsterfahrung und Weiterbildung nachgewiesen werden. Ein Teil davon kann auch begleitend zur Zusatzausbildung erfolgen.

STUNDENUMFANG ZUSATZAUSBILDUNG

300 Ustd , in Präsenz- und Online-Seminaren

PRÄSENZ-TERMINE IN BREMEN

Orientierungsseminar:

WE 1 Fr. 01.12. – So. 03.12.2023

WE 2 Fr. 19.01 – So. 21.01.2024

WE 3 Fr. 23.02 – So. 25.02.2024

WE 4 Fr. 05.04. – So. 07.04.2024

Wochenkurs: Mo. 19.08. – Sa. 24.08.2024

WE 5 Do. 03.10. – So. 06.10.2024

WE 6 Fr. 03.01. – So. 05.01.2025

WE 7 Fr. 31.01 – So. 02.02.2025

WE 8 Fr. 28.02. – So. 02.03.2025

Abschlusswoche mit Zertifizierung:

Di. 22.04. – Fr. 25.04.2025

DIE INHALTE

Inhaltlicher Schwerpunkt der Zusatzausbildung sind die Eutonie-Prinzipien und ihre methodisch-didaktische Umsetzung.

In die Ausbildung fließt Fachwissen aus anderen Disziplinen, wie Anatomie, Physiologie, Psychologie, Neurologie, sowie aus der Salutogenese, der Embodiment- und Faszienforschung ein, um die Phänomene der Eutonie-Methodik besser zu verstehen und einordnen zu können.

Sie üben, Eutonie-Sequenzen anzuleiten, Feedback zu geben und zu nehmen sowie Wissen rund um die Eutonie und erfahrbare Anatomie zu vermitteln.

BERUFLICHER PRAXISBEZUG

Der Transfer der Eutonie in die eigene berufliche Tätigkeit ist ein wichtiger Bestandteil des gemeinsamen Forschens und Lernens. Das Begleiten einer eigenen Eutonie-Gruppe gehört zum Praktikumsteil der Zusatzausbildung.

ZERTIFIKAT EUTONIE-PÄDAGOGIK

Das Zertifikat der Eutonie-Akademie Bremen ist vom Deutschen Berufsverband Eutonie Gerda Alexander (DEBEGA) anerkannt: www.eutonie.de

MÖGLICHE EINSATZFELDER

- Gesundheitsförderung / Prävention
- Tanzstudio und Musikschule
- Yoga-Unterricht etc.
- Physiotherapeutische Praxis
- psychosomatische Klinik und Kurklinik
- Körperpsychotherapeutische Felder
- Senioreneinrichtung und Hospiz
- Kindertageseinrichtung und Schule
- Logotherapie und Ergotherapie
- betriebliches Gesundheitsmanagement
- körperorientiertes Coaching
- Seelsorge
- Erwachsenenbildung u.a.

DOZENTINNEN-TEAM

Martina Kreß (Ausbildungsleitung), Renate Riese, Barbara Göger sowie Gastdozent:innen. Alle Dozentinnen haben langjährige Erfahrungen als Eutonie-Pädagoginnen und Eutonie-Therapeutinnen.

SEMINARKOSTEN

3700 €. Eine Ratenzahlung ist möglich. Übernachtung und Verpflegung sind nicht in der Seminargebühr enthalten. Sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen zur Finanzierung oder zu Fördermöglichkeiten haben.

www.eutonie-akademie.de