



Embodiment moves – Menschen bewegen

Embodiment
Aus- und Weiterbildung
mit der Körpersinn-Methode

Start November 2021
(2 Jahre Online + Präsenz)

In Zusammenarbeit
mit dem Freien Bildungswerk Rheinland





Warum Embodiment mit der KörperSinn-Methode lernen?

Die KörperSinn-Methode ist ein Weg, über Bewegung, Erfahrung und Sprache neue Strategien zu entwickeln, um persönliche Bewusstheit & sozialen Wandel nachhaltig zu bewirken.

Der Körper dient hier als Brücke, um den gesamten Menschen und seine Beziehung zum Leben zu erforschen. Du lernst, den Körper als Ausgangspunkt von Lern- und Kommunikationsprozessen zu verstehen.

- Fühlst Du dich berufen, mit Embodiment zu arbeiten oder möchtest deinen derzeitigen Beruf bereichern?
- Begleitest du Menschen bei Veränderungsprozessen in unterschiedlichen Kontexten?
- Möchtest du aus einem verkörperten Wissen heraus: z.B. coachen, unterrichten, therapieren, beraten oder begleiten?
- Suchst du einen Weg, um dein Leben gesund und wirksam zu gestalten?
- Möchtest du lernen Menschen und Gruppen Online zu begleiten?

Durch die Aus- und Weiterbildung kannst du KörperSinn zu deinem Beruf machen oder Embodiment-Prozesse in deinem derzeitigen Beruf einbeziehen.

„KörperSinn bietet einen unglaublich spannenden und anregenden Ansatz, wie Bewusstseinsprozesse bei einem Selbst und in einer Gruppe angeregt und für individuelle Veränderungsvorhaben genutzt werden können.“

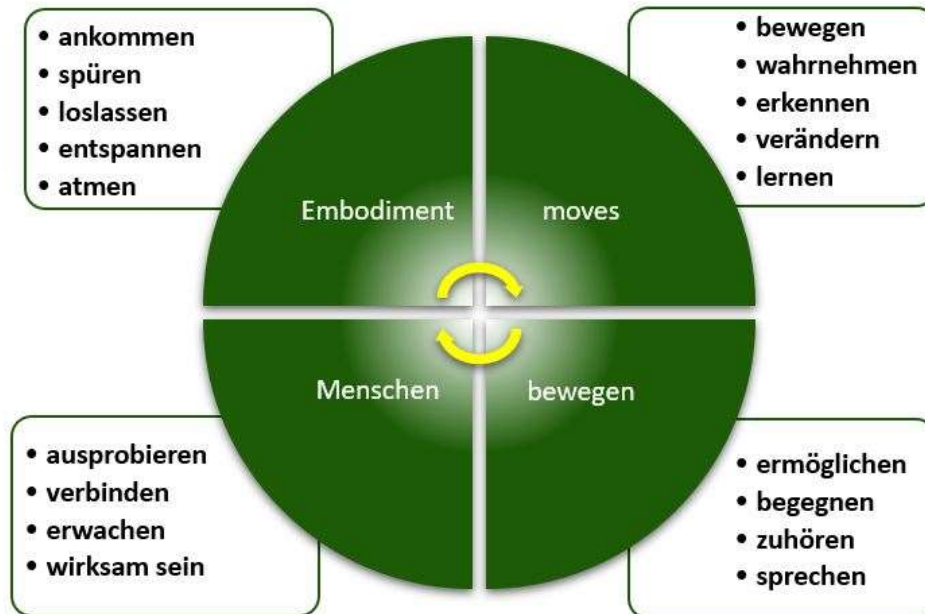
Dr. Sven Oleschko, Organisations- und Personalentwicklung, Facilitator

„Die Methode ist eins der größten & schönsten Geschenke in meinem Leben. Ich habe eine viel feinere Beobachtungsgabe entwickelt, an mir selbst & an anderen in Körper, Geist und Seele.“

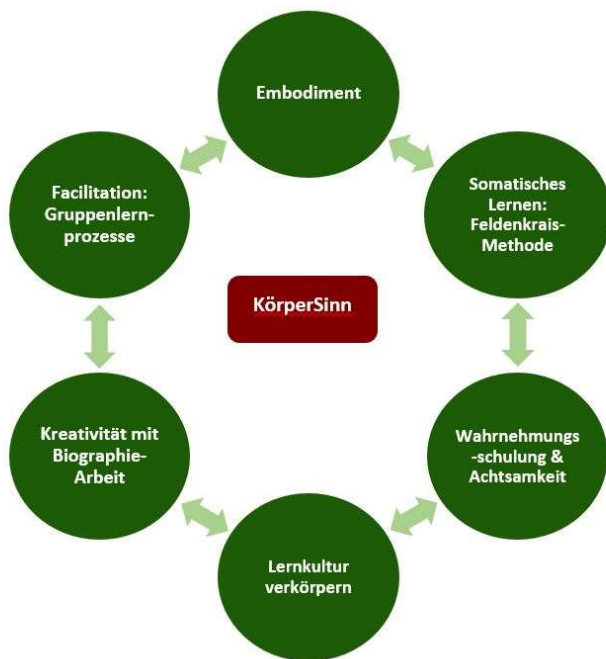
Giulia Casella, Tanzlehrerin, Tanzschule Salsa Conciencia

Wie lernst Du?

Durch Bewegungs-, Begegnungs- und Wahrnehmungsübungen erfährst Du, wie die Wechselwirkung zwischen Körper, Seele und Geist (Embodiment) auf verschiedenen Ebenen wirkt und lernst diese in deine Arbeit und Begegnung mit Menschen einzubeziehen.



Was lernst Du?



- durch neurologisch tiefenwirksame Bewegungsübungen verfeinerst du deine Bewegungsabläufe und lernst Muster zu verändern
- Transformation über Körperwahrnehmung und Bewegung
- praktische Werkzeuge für Coaching & Gruppenprozesse
- sicher und achtsam mit dem Körper zu arbeiten
- die Anwendung von Gesetzmäßigkeiten, die über verschiedene Kulturen und Glaubenssysteme hinauswirken

- eine wertschätzende Gesprächs- und Lernkultur zu ermöglichen
- die Fähigkeit in unterschiedlichen Kontexten zu wirken und kreative Konzepte & Methoden dafür zu entwickeln
- Kreativität lernen durch Embodiment & Kunst
- Menschen & Gruppen online zu begleiten
- Existenzgründer-Seminar für diejenigen, die sich selbständig machen möchten. (separate Buchung möglich)

Für wen eignet sich die Weiterbildung?

Die Aus- und Weiterbildung richtet sich an alle interessierten Menschen, die echten Wandel über Selbsterfahrung & Begegnung bewirken wollen und einen Weg vom Kopf in den Körper suchen. Die einzige Voraussetzung ist dadurch nur: den eigenen Körper mitzubringen!

Was sind die Anwendungsbereiche?

Die Lehrinhalte eignen sich zur Anwendung u.a. in folgenden Bereichen: Körperarbeit; Embodiment-Unterricht; Therapie; Beratung, Coaching und Facilitation; Bildungswesen, Pädagogik; Teamentwicklung; Begleitung von Klein- und Großgruppen; Kunst, Tanz und Sport.

Was ist das Besondere?

Die angewandten Praktiken ermöglichen eine bewusste Entwicklung und Veränderung im sozialen und beruflichen Umfeld und tragen zur persönlichen Entfaltung bei:

- Expertise (35 Jahre Erfahrung) im Bereich Embodiment & Kommunikation
- vom Kopf in den Körper, Vermittlung von Erfahrungswissen
- Vereinigung von Körper, Kunst & Kommunikation als kreativer Lernprozess
- Zugriff auf unseren YouTube-Mitgliederbereich inkl. zahlreicher Übungen
- praxisnahes, anstrengungsfreies, ressourcenorientiertes Lernen
- eine freundliche und forschungsbegeisterte Lerngemeinschaft
- umfangreiches Lernmaterial in Form von Audioaufzeichnungen, Videos und Literaturempfehlungen
- Einzelgespräche während der Ausbildung als Prozessbegleitung
- **Zusatzoption:** begleitendes Coaching: 70 € pro 60 min Sitzung
- **Zusatzoption:** Existenzgründung-Seminar

Wer sind Deine TrainerInnen?



Katinka Sánchez (re): Gründerin der KörperSinn-Methode, Embodiment Coach & Trainerin, Feldenkrais Lehrerin, Anthropologin, Biographie Beraterin; Katinkas Begeisterung und ihr Interesse gilt der Ermöglichung von achtsamen Selbsterkenntnisprozessen über Körperlichkeit und Bewegung.

Anna Carina Heimer (li): Gründerin der KörperSinn-Methode, Embodiment Coach & Trainerin, Facilitator für Kommunikation & Zusammenarbeit, Life Trust-Coach in Ausbildung; Anna Carina liegen achtsame Gruppenlernprozesse am Herzen.

„Wir glauben daran, dass Achtsamkeit, Authentizität und verantwortungsvolles Handeln mit bewusstem Embodiment beginnt und die Freude am Prozess wichtiger ist - als das Ergebnis!“

Organisatorisches?

Überblick



Format: Kombination aus Online- und Präsenzveranstaltungen

- 12 Wochenenden Online und 4 x 4 Tage vor Ort in Köln
- Regelmäßige Lernimpulse zur Selbsterforschung und Coach-Training
- Buddy-System: begleitendes Lernen in Kleingruppen

Dauer (Modul I Embodiment Basic + Modul II Advanced)

- 29. Oktober 2021 – 11. Juni 2023 | 20 Monate | 304 Ustd.
- Modul I: 29.10.21 – 19.06.22 und/oder Modul II 20.08.22-11.06.23

Termine

Datum	Dauer	Zeiten	Format	Hinweis
29.10.-01.11.21	4 Tage	Fr. 15-19 Uhr; Sa u. So 10-17 Uhr; Mo 10-16 Uhr	Präsenz	ggfs. auch Online je nach Corona-Maßnahmen
29.1.-30.1.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
19.2.-20.02.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
19.3.-20.3.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
23.4.-24.4.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
14.5.-15.5.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
16.6.-19.6.22	4 Tage	Do. 15-19 Uhr; Fr u. Sa 10-17 Uhr; So 10-16 Uhr	Präsenz	ggfs. auch Online je nach Corona-Maßnahmen
20.8.-21.8.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
24.9.-25.9.22	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
29.10.-1.11.22	4 Tage	Sa 15-19 Uhr; So u. Mo 10-17 Uhr; Di 10-16 Uhr	Präsenz	ggfs. auch Online je nach Corona-Maßnahmen
28.1.-29.1.23	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
25.2.-26.2.23	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
18.3.-19.3.23	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
22.4.-23.4.23	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
13.5.-14.5.23	Wochenende	Sa u. So 10-17 Uhr;	Online	
8.6.-11.6.23	4 Tage	Do. 15-19 Uhr; Fr u. Sa 10-17 Uhr; So 10-16 Uhr	Präsenz	ggfs. auch Online je nach Corona-Maßnahmen

Investition

Deine Investition in dein Potential beträgt für unsere 2-jährige Embodiment-Ausbildung (Modul I Basic + Modul II Advanced):

- **Modul I 1.800 EUR + Modul II 1.800 EUR = insgesamt 3.600 EUR**
(Ratenzahlung möglich)
- **ACHTUNG!** Da wir mit dem Freien Bildungswerk Rheinland (FBW) zusammenarbeiten, hast du die Möglichkeit einen Bildungsscheck oder Bildungsprämie vor Beginn der Ausbildung zu beantragen. Dann würde sich deine Investition um 50% reduzieren je nach Bundesland zw. (-) **500 bis 1.000 EUR**. Bitte vor der Anmeldung beantragen! Am besten uns kurz anrufen ☺

Ort

- Online via Zoom und Präsenz: Bürgerzentrum Nippes | Altenberger Hof | Mauener Str. 92 | 50733 Köln

Voraussetzung

- vorherige Teilnahme an einem Workshop oder persönliches Kennenlernen
- Empfehlung: um die Grundlage unserer Arbeit kennenzulernen, legen wir dir unser 21-Tage Feldenkrais-Programm auf YouTube ans Herz
- Dir ist bewusst, dass du aus eigener Verantwortung teilnimmst und diese Ausbildung kein Ersatz für eine psychologische oder medizinische Heilbehandlung ist. Diese Ausbildung setzt eine stabile geistige Gesundheit voraus.
- Die Ausbildung findet überwiegend online statt. Eine stabile Internetverbindung ist also Voraussetzung.
- Für die Zeit der Ausbildung erwarten wir, dass auf die Einnahme von Drogen, Ayahuasca oder anderen bewusstseinsverändernden Mittel verzichtet wird.

Anmeldung

- Die Anmeldung erfolgt beim Freien Bildungswerk Rheinland unter info@fbw-rheinland.de (in Kopie: info@koerpersinn-methode.de)
 - <https://www.fbw-rheinland.de/kurse/embodiment-aus-und-weiterbildung-mit-der-koerpersinn-methode/>
- Achtung:** der Antrag auf Bildungsprämie- und Scheck **muß** vor der Anmeldung erfolgen! Je nach Bundesland mit einer gewissen Vorlaufzeit.

Weitere Informationen

- Rufe uns gerne an! Katinka Sánchez unter 0157-77356319 oder Anna Carina Heimer unter 0176-23954113