

Body-Alignment®

Body-Alignment bedeutet Aufrichtung oder Ausrichtung des Körpers. Die Methode bewirkt eine nachhaltige Optimierung von Haltungs- und Bewegungsmustern.

Der Körper wird beweglicher, die Gelenke geschont und die Bewegungsausführung geschieht ökonomisch und anmutiger.

„**Body-Alignment**“ wirkt im Sinne der **Ideokinese** mit der wissenschaftlichen Erkenntnis darüber, dass unsere Gedanken einen direkten Einfluss auf die Qualität unseres Körpergebrauches haben.

Die Fort- und Ausbildung zeigt in Theorie und Praxis, wie Knochen, Muskeln und Gelenke optimal zusammenarbeiten und welche Bilder, Bewegungs- und Dehnübungen helfen, diesen organischen Haltungsaufbau nachhaltig zu verbessern.

In freier Bewegung und Tanz- alleine, zu zweit und in der Gruppe- können die neuen Körperbilder spielerisch erforscht, geübt und sich zu eigen gemacht werden.

Die Fort- und Ausbildung wendet sich an Alle,

- die beruflich mit dem Körper zu tun haben; wie Tänzer, Physiotherapeuten, Logopäden, Schauspieler, Mediziner, Sportler, Pädagogen, Referenten, etc.
- sowie Menschen, die ihre Gesundheit & Wohlbefinden, ihre Präsenz & Ausstrahlung, sowie ihr Heil- und Ganzwerden über die Arbeit mit dem Körper verbessern möchten.

Es sind keine tänzerischen Kenntnisse erforderlich.

Wenn wir verbildlichen, was dem Körper angemessen ist, können wir mehr von dem verkörpern, was wir wirklich sind.

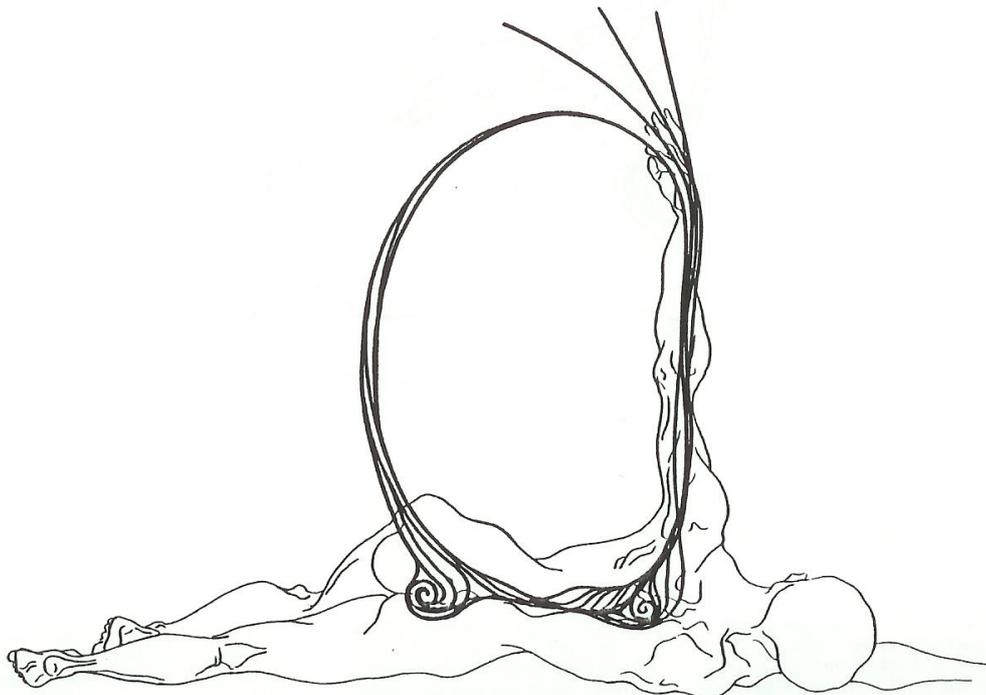


Unterrichtsmittel sind:

- Theorie / Anatomie
- Bewegungsübungen, developmental movement
- Dehnen und Kräftigen
- Visualisieren von Körperbildern / Metaphern in Bewegung und „konstruktiver Ruhe“
- Körperarbeit mit Partner/in
- Tanz-Improvisation
- Bewegungsspiele

Die Hauptthemen der BA-Fortbildung & BA-Ausbildung:

- Becken als Bewegungszentrum
- Kopf-Steiß-Verbindung / Wirbelsäule
- Verbindung Becken- Beine- Füße
- Balancieren des Schultergürtels / Arme
- der Körper als Ganzes / Organe



Zeichnung Irene Dowd

Body Alignment Workshop 2018

Thema: Überblick über den gesamten Körper & die Stützfunktion der Organe

14. / 15. Juli 2018

Zeiten Sa. 11 – 18 Uhr, So. 10 – 16 Uhr

Gebühr € 170 / 160 ermäßigt

Es gibt zwei Sozial-Plätze zu je € 75.

Themen/ Schnupper- Samstag 2018- 19

Sa. 22. September 2018 Fundament Füße & die Beckenorgane Zeiten: Samstag 10 - 17 Uhr

Sa. 26. Januar 2019 Wurzeln & Flügel

Gebühr: jeweils € 80 / 75 erm.

NEU: Ausbildung zur Lehrerin für Body Alignment / BA

Voraussetzung für die Teilnahme ist der erfolgreiche Abschluss der BA-Fortbildung oder vergleichbare Erfahrung in der Methode oder ähnlichen Arten der Körperarbeit.

Jahr 1 06. / 07. Oktober; 27. – 31. Oktober 2018; 02. – 05. März; 08. – 12. Juni 2019 / 16 ganze Unterrichtstage

Der erfolgreiche Abschluss berechtigt dazu BA- Unterrichtsinhalte im eigenen Praxisfeld zu weiter zu geben.

Jahr 2 30. Oktober – 03. November 2019; 15. / 16. Februar; 11. – 14. April; 08. – 12. September 2020. / 16 ganze Unterrichtstage

Der erfolgreiche Abschluss berechtigt dazu die eingetragene Marke „Body-Alignment und Tanz“ zu verwenden.

Gebühr pro Jahr: € 1485; Frühbucher zahlen bis 6. August 2018 € 1385

Es gibt zwei Plätze für GeringverdienerInnen zu € 990

Jedes Jahr ist unabhängig voneinander buchbar.

Gerne fordern Sie ausführliche Informationen bei mir an!

Ort aller Seminare:

Studio Rybalov, Sedanstr. 22 Freiburg nahe Hbf.

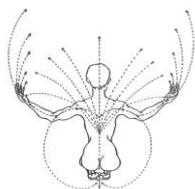
Regionale Fortbildung für Dozent/innen der Volkshochschulen

01. / 02. Dezember 2018 Freier Nacken / gelöste Schultern

Gebühr € 60 Kursleitende (wird erstattet)

€ 140 Externe

Ort VHS im Colombi-Eck, Friedrichstr. 52; Frb.



Renate Müller-Procyk- Diplom Tänzerin,

Tanzpädagogin und Choreographin studierte

Bühnentanz an der Hochschule der Künste in Amsterdam/

NL von 1980- 86. Sie ist ausgebildet in Tanztechnik,

Improvisation, Contactimprovisation & Choreographie in der Tradition des New Dance; sowie lebendige Anatomie/

Ideokinese nach Mabel Todd. Die Methode Body-Alignment

und Tanz entwickelte sie aus ihrer langjährigen Tanz- und

Unterrichtspraxis. Ihre Arbeit gilt insbesondere der Schulung

des Körperbewusstheit und der damit wachsenden Freiheit

und Lebendigkeit, die im Tanz ihren Ausdruck findet. Auf dieser

Basis kann Jeder das eigene Potenzial entfalten.

Info und Anmeldung



Renate Müller-Procyk

Tel.00 49 (0)761- 21 777 477

renate@newdance-freiburg.de

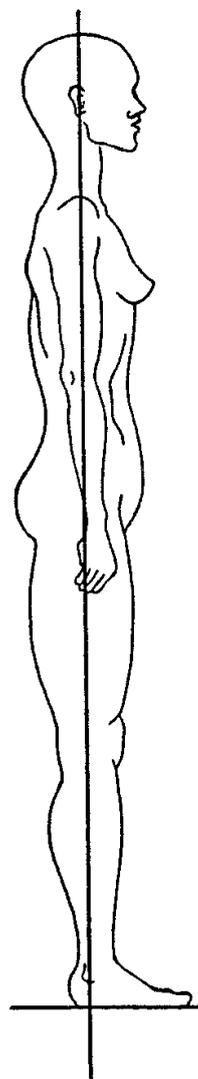
Body-Alignment & Tanz®

Ausbildung, Fortbildungen & Workshops

mit Renate Müller-Procyk **in Freiburg**

NEU

Erste BA- Ausbildung ab Oktober 2018



Renate Müller-Procyk

Tel. 00 49 (0)761- 21 777 477

renate@newdance-freiburg.de

www.newdance-freiburg.de

