



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Ressourcenaktivierende „Timeline-Arbeit“

## Das biografische Potential erkennen. Seminar

Themenbereich  
Kinder- und Jugendarbeit

### Kursbeschreibung

Verlief mein Leben bisher völlig gradlinig oder gab es Höhen, Tiefen, Brüche, Umwege, Sackgassen? Fallen mir Wiederholungen, Muster und Zusammenhänge auf? Welche Stärken kommen dabei zum Vorschein? Von wem gab es Unterstützung? Auf welche Ressourcen konnte ich immer zurückgreifen? Und wie stelle ich mir meine Zukunft vor? Was erhoffe ich mir?

Mit unserem episodischen Gedächtnis können wir persönliche Erlebnisse sowohl in der Vergangenheit erinnern als auch zukünftige Ereignisse „herbei“-denken. Und genau diese Fähigkeit unseres Gehirns ist nützlich für die Timeline-Arbeit.

In diesem Seminar werden wir einen Blick auf die eigene Lebenslinie werfen, Ressourcen sichtbar machen, aktivieren und wertschätzen, um kraftvoll in die Zukunft zu blicken.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

26.11.2024

### Ende

26.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

420 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Bildungshaus Jukas  
Brunogasse 2

### Zielgruppe

Alle Interessierten

### Referent/in

Martina Michaeler

### Gebühr

81 € Frühbucherpreis bei Anmeldung und Einzahlung innerhalb 15.09.24

### Anmeldeschluss

12.11.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/ressourcenaktivierende-timeline-arbeit-1425/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Strömen und Schweigen

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Strömen und Schweigen - Tage der Stille und der Einkehr. Im Seminar können Sie zur Ruhe finden, bei sich und im Hier und Jetzt sein. Wir werden ins eigene Innere lauschen, die Stille hören und Altes loslassen, mit einfachen Jin Shin Jyutsu-Übungen an sich selbst sowie Einheiten praktischer Anwendungen und gegenseitigem Strömen in kleinen Gruppen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn 06.12.2024	Ende 07.12.2024	Kurstage 2
Beginnzeit 16:00 Uhr	Endzeit 17:00 Uhr	Dauer 630 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1

Zielgruppe  
Alle Interessierte

Referent/in  
Helene Sanin

Gebühr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Gesundheit aus eigener Kraft Basisseminar mit Augentraining

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Die ganzheitliche "Methode des Lächelns" ermöglicht Menschen jeden Alters in kurzer Zeit Ordnung und innere Balance in dem eigenen Körper und im Leben zu schaffen. Die Techniken, die im Seminar vermittelt werden, decken ein sehr breites Wirkungsspektrum ab. Sie lernen viele effektive Atmungs- und Entspannungstechniken, Körpertraining, Meditations- und Bewusstseinstechniken kennen, die Ihnen helfen, Ihren Organismus selber zu regulieren und zu regenerieren, die Verjüngung Ihres Körpers zu fördern und inneres Gleichgewicht im Alltag zurück zu gewinnen.

Im Seminar erwarten Sie spannende Übungen zur Aktivierung der Mechanismen zur Selbstregeneration sowie Verbesserung der Seh- und Hörfkraft, Stärkung des Immunsystems, Stressbewältigung und vieles mehr.

Sie bekommen dauerhafte Ergebnisse, Instrumente und Schlüssel zu Gesundheit, innerer Harmonie und Erfolg, welche Sie in allen Lebenssituationen nutzen können. Sie können alle Techniken sehr leicht in Ihren Alltag integrieren!

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
17.09.2024

Ende  
21.09.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
16:00 Uhr

Endzeit  
16:00 Uhr

Dauer  
0 Minuten

Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Tatyana Jerkova

Georgi Jerkov

## Gebühr

70 € Teilnahmebeitrag für Tag 1 (ist einzeln buchbar) zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Mit Sinn zum nachhaltigen Erfolg

## Wie Führung sinnorientiert nachhaltig gelingen kann

### Themenbereich

Hochschulkurse

### Kursbeschreibung

Um für die wachsenden Herausforderungen und Verunsicherungen der VUKA -WELT, der Digitalisierung der (Post)-Coronapandemie, des Ukraine-Krieges und dem Postulat der Nachhaltigkeit gerüstet zu sein, reichen die klassischen Führungstechniken nicht mehr aus.

Die entscheidende Frage lautet also nicht mehr „was kann ich anders machen“, sondern „wie kann ich anders sein“. Es geht darum unser Gehirn so zu nutzen, um unser Inneres, unsere Selbstheilungskräfte und unsere Selbstwirksamkeitserfahrungen zu fördern und den Brückenschlag zwischen der Würde des Menschen und der ökonomischen Effektivität und Effizienz zu schaffen.

Dabei geht es um zwei der wichtigsten menschlichen Fähigkeiten und Bedürfnisse:

1) dem Leben und Führen „trotzdem“ wohlwollend und engagiert zu begegnen,



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

2) Sinnvolles zu bewirken und dazu eine sinnorientierte Gewinner-Gewinner Haltung zu verinnerlichen, bewusst Nutzen für andere Menschen zu stiften und die krank machende Opferrolle zu vermeiden.

Dies bedarf eines förderlichen „Mindsets“ der Zuversicht, der Selbstklarheit, der Selbstbestimmtheit in Freiheit und Verantwortung, geistig-emotionaler, agiler Kompetenzen und eines förderlichen Miteinanders als Grundlage für jede Form von Nachhaltigkeit.

Modul I: „Mit Sinn und Werten in Führung gehen“ – Warum Sinnorientierung die Grundlage für jede Form von Nachhaltigkeit sowie menschliches und institutionelles Wachstum ist.

### Inhalte:

- > Führung beginnt beim ICH
- > Führungsleistung wird an Wirkung gemessen: was will ich durch meinen Führungsauftrag bewirken?
- > Die Erfolgsparameter meines Führens verantwortungsvoll bestimmen
- > Führung in der VUKA-WELT: ein inneres „Gegengift“ entwickeln
- > Die drei Säulen der Führung: wo stehe ich, wo will ich hin?
- > Paradigmenwechsel in der Führung: Führung ist DIENEN
- > Fähigkeiten agilen Führens und wie wir diese verinnerlichen können?
- > Was bedeutet Sinn und wie können wir unserem Führen einen Sinn geben?
- > Die eigenen Wertehaltungen reflektieren
- > Wie können Werte Sinn machen, wie können wir Wertesensibilität und Werteklarheit entwickeln?
- > Die Macht, die von unserem Menschenbild ausgeht
- > Ein würdevolles Menschenbild als Grundlage für eine nachhaltig förderliche Vertrauenskultur und gegenseitiges Wachstum verinnerlichen.

### Ziele und Nutzen: die Teilnehmer:

- > Verstehen, warum alles beim eigenen Ich beginnt und werden zu einer aktiven Selbstführung angeregt.
- > Definieren proaktiv ihre eigenen Parameter, an denen sie ihre persönliche Führungsleistung messen und ihrem persönlichen Führungsauftrag folgen, um Erfolg und Erfüllung sowie gesund Erhaltung generieren.
- > Erkennen ihre eigenen Möglichkeiten den wachsenden Herausforderungen zu trotzen und daran zu wachsen.
- > Wissen, wie die drei Säulen der Führung positive Wechselwirkungen erzeugen können.
- > Verinnerlichen Führung als DIENEN, um Sinnvolles zu bewirken und wie sie dadurch agile Fähigkeiten entfalten können.
- > Werden in die Lage versetzt ihrem Führen einen Sinn zu geben und sinnvolle Werte lebbar und erlebbar zu machen.
- > Verstehen warum Sinnorientierung die Grundlage für jede Form von Nachhaltigkeit ist.
- > Die Macht erkennen, die von unserem Menschenbild ausgeht und ein würdevolles Menschenbild als Grundlage für eine sinnorientierte Vertrauenskultur verinnerlichen.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Modul II: „Neuroleadership“ – wie wir unser Gehirn sinnvoll nutzen können, um eine gesund erhaltende Vertrauenskultur auf der Grundlage von Führungsstärke, Resilienz und Wachstum zu schaffen.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Inhalte:

- > Wie wir unser Gehirn durch sinnorientierte Selbststeuerung als Wegweiser, Nutzer, Erfinder und Lehrer wachstumsorientiert und förderlich gestalten können,
- > Was sich unsere Gehirn so denkt?
- > Drei Grundlagen für ein nachhaltig gelingendes Leben und Führen.
- > Der Zusammenhang zwischen Geist, Gehirn und Beziehungsgestaltung,
- > Führungsstärke und Resilienz aus einer ganzheitlichen Perspektive
- > Woher kommen unsere Glaubenssätze und welche Bedeutung haben sie für unseren Erfolg, unsere Erfüllung und unsere Gesundheit?
- > Stresskompetenz entwickeln
- > Unser Mindset auf Wachstumsförderlichkeit überprüfen,
- > Herausforderungen und Schwierigkeiten als „Lerngeschenke“ erkennen.
- > Starke Glaubenssätze auf der Grundlage des sinnorientierten, stärkenden und würdigen Menschenbildes, ©Pircher-Friedrich
- > Die krankmachende Opferrolle verlassen und aktiv die Selbstwert stärkende Gestalter Rolle übernehmen.
- > Die eigenen Potenziale und die der Mitarbeiter erkennen und entfalten
- > Das Konzept der Salutogenese
- > Das Konzept der Salutogenese für die Praxis©Pircher-Friedrich
- > Das Sieben-Schritte-Prozess-Modell©Pircher-Friedrich zur Entwicklung von Führungsstärke und Resilienz

### Ziele und Nutzen: die Teilnehmer:

- > begreifen, dass unser Gehirn so wird, wie wir es benutzen
- > verstehen grundlegender Hirnfunktionen; wie können wir unsere wachstumsorientierten Potenziale durch bewusste, aktive Selbststeuerung entfalten?
- > werden in die Lage versetzt die drei Grundlagen für nachhaltig gelingendes Leben und Führen wirkungsvoll zu leben.
- > erkennen den Zusammenhang zwischen Geist, Gehirn und Beziehungsgestaltung; wo und wie beginnt eine nachhaltig gelingende

### Beziehungsgestaltung?

- > wissen, was Führungsstärke und Resilienz aus ganzheitlicher Sicht bedeutet und was das mit unserem Gehirn und unserer Persönlichkeitsentwicklung macht.
- > durchleuchten die eigenen Glaubenssätze auf ihre Wachstumsförderlichkeit und ihre Sinnorientierung.
- > Entwickeln Stresskompetenz und lernen mit toxischem Stress förderlich umzugehen.
- > verstehen, wie durch das Verinnerlichen starker Glaubenssätze innere Stärke generiert werden kann.
- > erkennen den Unterschied zwischen der krank machenden Opferrolle und der Selbstwert stärkenden Gestalter Rolle.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

> kennen das Konzept der Salutogenese und wissen, wie wir von innerlichen und oder äußerlichen Inkohärenzen wieder in einen Zustand der Kohärenz kommen und dabei Glücksgefühle erfahren.

> reflektieren mit dem dazu angebotenen Tool ihre Möglichkeiten mit Inkohärenzen und wachsenden Herausforderungen umzugehen und dabei neue Potenziale zu entfalten.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

22.10.2024

## Ende

27.11.2024

## Kurstage

4

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

1679 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Führungskräfte und Interessierte

## Referent/in

Anna Maria Pircher Friedrich

## Gebühr

630 € Teilnahmebeitrag

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Mental stark und gesund

## Durch Mentaltraining Herausforderungen in Beruf und Alltag erfolgreich bewältigen

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Immer wieder stellen sich uns in unserem Leben verschiedene Herausforderungen. Gerade in der aktuellen Zeit sind wir mit schwierigen Situationen und Herausforderungen konfrontiert, die uns extrem fordern. Durch Mentaltraining können wir lernen, mit diesen Herausforderungen umzugehen und an ihnen zu wachsen.

Ein gezieltes Mentaltraining spielt im Spitzensport mittlerweile eine wesentliche Rolle und ist nicht mehr wegzudenken. Durch Mentaltraining gelingt es uns, unser wahres Potential zu erschließen. Dies gilt nicht nur für den Sport, sondern auch für die Arbeitswelt. Auch im Berufsalltag gilt es, zu einem bestimmten Zeitpunkt die bestmögliche Leistung abrufen zu können, also den Anforderungen und Herausforderungen unserer beruflichen Stellung gerecht zu werden. Viele der mentalen Strategien, die Profisportler:innen nutzen, können auch von beruflich (oder privat) stark engagierten Menschen erfolgreich und effektiv angewendet werden.

Im Seminar werden verschiedene Techniken und Methoden des Mentaltrainings vorgestellt (z.B.: Motivation und Zielsetzung, Fokus, Gedanken- und Gefühlskontrolle, Stressbewältigung, Entspannung).

In praktischen Übungen erfahren die Teilnehmenden, wie sie an ihrer mentalen Stärke arbeiten und sie verbessern können, wie sie mit Stress umgehen und entspannen können.

Das Seminar richtet sich an Interessierte aller Berufsgruppen. Es wird auch auf die jeweiligen beruflichen Erfordernisse der Teilnehmenden eingegangen.

Für das Seminar werden ECM-Punkte vergeben.

Dieses Seminar wird als Pflichtfortbildung für im Sonderverzeichnis eingetragene Wanderleiter:innen anerkannt.

Zum ECM-Folder

### Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 29.11.2024	<b>Ende</b> 29.11.2024	<b>Kurstage</b> 1
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Monika Niederstätter

### Gebühr

135 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Fachfortbildung: Orthomolekulare Medizin und Physiotherapie

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Das Entzündungssyndrom / Oxidativer, nitrosativer Stress / Chronik Fatigue Syndrom

Zahlreiche Beschwerden am Bewegungsapparat, wie z.B. Muskelschwäche, Muskelschmerzen, Arthritiden, pseudorheumatische Beschwerden, Polyarthrosen, Fibromyalgie etc., aufgrund derer Patient:innen eine:n Physiotherapeut:in konsultieren,



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

begründen sich nicht selten auf Mangelzuständen an speziellen Mikronährstoffen und Spurenelementen. Der Kurs enthält Untersuchungsstrategien (Anamnese / Austestung über Applied Kinesiology / Infos über Laborverfahren etc.) sowie Therapiemöglichkeiten durch Ernährungsberatung und Substitution.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Kursinhalte:

- Einführung in die Orthomolekularmedizin
- o Aminosäuren, Fettsäuren, Mikronährstoffe & Co.
- Das Entzündungssyndrom
- o Die Entzündung - eine Kardinalreaktion biologischer Systeme
- o Chronisch persistierende Entzündungsreaktionen
- o Entzündungskaskaden
- o "silent inflammation" - proinflammatorische Prozesse
- o Untersuchung über Applied Kinesiology
- o Therapiemöglichkeiten
- Oxidativer Stress / Nitrosativer Stress / Mitochondriopathien
- o Ätiologien
- o Stoffwechselwege
- o Austestung / Erstellung eines "oxidativen" Eigenprofils
- o Substitution von Antioxidantien u. mitotropen Substanzen
- Chronic Fatigue Syndrom (CFS)
- o Anamnestische Spurensuche und Differentialdiagnostik
- o Chronische Müdigkeit und Mikronährstoffmangel
- o Austestung der einzelnen Organsysteme (Leber, Niere, Schilddrüse etc.)

### Kurssprache

Deutsch

**Beginn**

16.10.2024

**Ende**

19.10.2024

**Kurstage**

4

**Beginnzeit**

09:00 Uhr

**Endzeit**

16:00 Uhr

**Dauer**

1679 Minuten

### Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1

Zielgruppe  
Physiotherapeut:innen, Ärzt:innen

Referent/in  
Matthias Löber

Gebühr  
650 € Teilnahmebeitrag zzgl. inkl. umfangreicher Seminarunterlagen und 2,00 EUR Stempelmarke

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

[Detailseite zum Kurs](#)  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## MANNEA Ganzheitliche Gesundheitsmethode „FRAUENBALANCE“ und „MÄNNERFLOW“ Ganzheitliche sanfte Behandlungstechnik zur Entspannung und Hormon-Balance

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Die „neue“ Ganzheitliche Frauenheil-Massage nun adaptiert und somit auch für Männer

Die MANNEA Ganzheitliche Gesundheitsmethode „FRAUENBALANCE“ stammt aus einem von Andrea Eberhardt unter Mitwirkung einer österreichischen Gynäkologin entwickelten Therapie-Konzept und kann Frauen in allen Phasen des Lebens, von der Pubertät, über den Kinderwunsch, die Schwangerschaft und Geburt, bis zum Klimakterium begleiten und ihre wunderbare Wirkung entfalten.

Die ganzheitliche Behandlungstechnik ist sehr sanft und beinhaltet:

- Elemente der Lymphaktivierung zur Entgiftung



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

- Asiatische Therapieweisen mit Techniken angelehnt an der Creative Methode
- Reflexzonenbehandlung und segmentales Arbeiten
- Osteopathie-ähnliche Techniken

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Sie bewirkt dadurch nicht nur Entspannung, sondern vor allem Hormon-Balance. Zur ganzheitlichen Unterstützung fließen naturheilkundliche Elemente mit ein.

### Seminarinhalte:

- \* Theoretische Videoblöcke im Selbststudium - Zugang ca 2 Wo vor Kurs für 1 Monat  
Anatomie, Beckenboden, Einführung in das weibliche/männliche Hormonsystem, Zyklus, diverses Fachwissen zur Frauenheilkunde, Organe, Beschwerdebilder, Verhütung, Chakrenzentren, Essenzen etc.
- \* Erlernen verschiedener Anwendungstechniken und Streichungen
- \* Behandlung an speziellen Energiepunkten und deren reflektorische Wirkung
- \* Emotionale Speicherpunkte erlernen, behandeln und korrigieren
- \* Arbeit an hormonbildenden Organen (zb. Pankreas, Schilddrüse, Milz ...) und Verbindung zu Emotionen und TCM
- \* Bauch-Techniken
- \* Reponierungsmethoden u.a. Blase und Gebärmutter über energetische Korrektur
- \* Atemzirkulationsmethoden
- \* Narbenentstörung
- \* Frauenenergiepunkte
- \* Tee- und Kräuterrezepturen und Herstellung
- \* Intensives praktisches Arbeiten mit Anleitungen zu verschiedenen Themen (Menstruation, Schwangerschaft, Wechsel, Verdauung etc.)
- \* Marketing-Tipps

Es werden mit dieser Methode keine Diagnosen erstellt, keine Heilversprechen gegeben und es kann auch kein Arztbesuch ersetzt werden.

Sie eignet sich jedoch sehr wohl, medizinische Behandlungen wertvoll zu begleiten.

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 11.11.2024	<b>Ende</b> 13.11.2024	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:30 Uhr	<b>Dauer</b> 717 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Physiotherapeut:innen, Hebammen, Krankenpfleger:innen, (medizinische und He

### Referent/in

Andrea Eberhardt

### Gebühr

790 € Teilnahmebeitrag

zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Der Preis inkludiert 3,5 Tage Unterricht, davon ½ Tag als Online-Video zur theoretischen Vorbereitung zu Hause und 3 Tage Präsenz-Ausbildung, ein umfangreiches Arbeitskriptum, kostenlose Plattform zum Austausch und für Fragen zur Unterstützung nach dem Kurs, regelmäßige Zoom-Abende, um Erfahrungen auszutauschen, Fragen zu besprechen, Wissenswertes zu teilen.

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Lehrgang: Auf dem Weg zur Top-Führungskraft

### Themenbereich

Betriebsführung



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Kursbeschreibung

Die Rolle der Führungskraft wird immer wichtiger. Sie bringt neue Herausforderungen, Verantwortungen und Entwicklungsmöglichkeiten mit sich. In diesem zertifizierten Lehrgang werden alle wichtigen Kompetenzen für erfolgreiche und kompetente Führungsarbeit vermittelt.

Als Führungskraft ist man für seinen Bereich und die Zielerreichung seiner Mitarbeitenden verantwortlich. Dazu gilt es Menschen zu befähigen, zu organisieren, zu leiten, zu managen, Entscheidungen zu treffen, Konflikte und Probleme zu lösen und die gesetzten Ziele zu erreichen. Mitarbeiter:innen sollen entwickelt, Teams geführt und es muss für ein gutes Miteinander gesorgt werden.

Es gilt die Rolle der Führungskraft professionell auszufüllen und zusätzlich sich und das Unternehmen erfolgreich zu präsentieren. Darüber hinaus sollte man sich selbst nicht vergessen: Wie schaffe ich es, mich weiterzuentwickeln, meine beruflichen und persönlichen Ziele zu erreichen, und dabei gleichzeitig resilient und nachhaltig erfolgreich zu sein?

Im zehntägigen Lehrgang zu vier Modulen lernen die Teilnehmer\*innen die wesentlichen Inhalte erfolgreicher Führung kennen. Theorie, Wissensvermittlung, praktische Beispiele und Erfahrungsaustausch werden miteinander verzahnt. Zudem ermöglicht der modulare Aufbau den Teilnehmer:innen, das Erlernte praxisnah umzusetzen, die Lernschritte laufend zu reflektieren, und als Führungskraft selbstsicher und kompetent aufzutreten.

#### Modul 1:

##### Führungskraft sein - Klarheit in der Rolle

- Berufliche Rollen, Inhalte und Schnittstellen
- Phasen des Übergangs: Wechsel vom Kollegen zum Vorgesetzten
- Führungs- und Managementaufgaben
- Managementkreislauf
- Ziele und Rahmen festlegen
- Entscheidungen treffen

##### Führung leben

- Den eigenen Führungsstil finden
- Mitarbeiterführung
- Führungsgrundsätze
- Führungsinstrumente
- Motivieren und gekonnt Rückmeldungen geben
- Umgang und Handling von schwierigen Mitarbeiter\*innen

#### Modul 2:

##### Sich selbst führen



## Corsi & Percorsi

[corsipercorsi.retecivica.bz.it](http://corsipercorsi.retecivica.bz.it)

- Ziele und persönliches Optimalbild
- Klarheit in den verschiedenen Lebensrollen erlangen
- Den eigenen Handlungsrahmen gestalten
- Fokus und Konzentration
- Reflektionskompetenz entwickeln
- Kraft- und energievoll agieren
- Umgang mit Konflikten

## Die eigene Resilienz stärken

- Hintergründe und Arbeitsmethodik
- Die Säulen der Resilienz
- Effektivität steigern
- Gekonnt Grenzen setzen
- Beziehungsnetzwerk gestalten und pflegen
- Achtsame und effiziente Gestaltung des Tagesablaufes

## Modul 3

### Teams zum Erfolg führen

- Fundamente erfolgreicher Teams
- Erarbeitung einer gemeinsamen, kraftvollen Ausrichtung
- Kreativität im Team gezielt nutzen
- Werte im Team leben
- Kommunikation & Beziehungen bewusst gestalten
- Teammanagement: Die eigene Arbeitspräferenz erkennen und nutzen
- Zusammenspiel der wichtigsten Teamrollen

## Modul 4

### Kommunikation, professionell Präsentieren und Abschluss des Lehrganges

- Effizient mit Mitarbeitern, Team und Vorgesetzten kommunizieren
- Gesprächsführung auf die Motivationsfaktoren der Mitarbeiter abstimmen
- Meetings vorbereiten und strukturieren
- Körpersprache, Mimik und Gestik: Wir sind mehr als wir sagen
- Selfbranding: Rollen- und situationsgerechtes Auftreten und Kommunizieren
- Präsentationstechniken und Rhetorik

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)



## Corsi & Percorsi

[corsipercorsi.retecivica.bz.it](http://corsipercorsi.retecivica.bz.it)

- Abschlussprojekte: Vortragen und Feedbacks

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

[Zum Detailprogramm](#)

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

14.10.2024

## Ende

17.03.2025

## Kurstage

10

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

4199 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Unternehmer:innen und Führungskräfte (auch angehende), die ihre Führungskom

## Referent/in

Heinold Pider

Heinold Pider & Katharina von Bruchhausen

Katharina von Bruchhausen

## Gebühr

2450 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Zeitgemäße und professionelle Mitarbeiterführung

## Erfolgsrezepte für glückliche, kreativere und produktivere Mitarbeiter

Themenbereich  
Betriebsführung

### Kursbeschreibung

Besondere Zeiten erfordern besondere Aufmerksamkeit. Das zeigt uns die derzeitige Situation auf dem Arbeitsmarkt. Individualisierung bestimmt zunehmend unser Leben und sorgt auch im beruflichen Alltag für eine Verschiebung der Werte - persönliche Freiheit, Selbstbestimmung, Wertschätzung und die Sinnfrage rücken in den Vordergrund.

Es geht darum den Mitarbeitende als ganzen Menschen zu sehen, mit seiner ganzen Persönlichkeit und ihn dementsprechend zu führen. Die Aufgabe einer modernen Führungskraft ist es nicht, Arbeiten nur zuzuteilen und Leistungen zu kontrollieren, sondern dafür zu sorgen, dass jede:r Mitarbeiter:in das eigene Potenzial zum Wohle des Unternehmens einsetzen kann und in erster Linie als Führungskraft wissen sich selbst zu führen.

Kompetenzen für souveränes Führen:

- Kenne deine Mitarbeiter:innen

Gefahren, wenn Mitarbeiter:innen nicht individuell geführt werden > die 4 Persönlichkeitstypen > Low-High Performer & Nine to Five, deren Einteilung und das definieren von den entsprechenden Maßnahmen

- Talente und Potenzial

Unterschied zwischen Talent und Potenzial > Erkennen von Talenten > Potenzial fördern

- Mitarbeiterführung anhand von Zielen

Was passiert, wenn wir uns keine Ziele setzen > wie werden Ziele gesetzt > Unterschiedliche Formen von Zielen > Qualität von Zielen

- Führen von schwierigen Mitarbeiter:innen

Bewusstseinsweckung über die Gefahren und Konsequenzen, wenn schwierige Mitarbeiter:innen nicht richtig geführt werden

- Kommunikation und Gesprächsführung

Das Dilemma der Kommunikation > Grundsätze der Kommunikation und die nonverbale Kommunikation > Wer fragt der führt > Fragetechniken erfolgreich anwenden > die Wahrnehmung: Erwartung vs. Realität > Körperhaltung interpretieren > Gestik, Mimik richtig einsetzen

- Selbst- Zeit- und Energie Management

Delegieren > Priorisieren > Unterschied zwischen Effektivität und Effizienz > Zeitfresser identifizieren und Strategien gegen Zeitdiebe definieren



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

- Entscheidungen treffen

Unbewusste Entscheidungen und der Instinkt > Phasen der Entscheidungsfindung > besten Methoden zur Entscheidungsfindung

- vom "Opfer" zum "Leader"

Verantwortung übernehmen > Eigeninitiative > Lösungsorientiertes Denken > Reibung erzeugen > Fehler machen

- Generation Y und Z

Definition > was sie wirklich wollen > historischer Hintergrund > Umgang und Verständnis erhöhen und richtig führen

Self Leadership: nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen:

- die Macht der Gedanken

Gedanken steuern und Emotionen beherrschen > das persönliche Mindset > Glaubenssätze erkennen und verändern

- die Macht des Unterbewusstsein bewusst einsetzen

Unterbewusstsein positiv beeinflussen > von Problemorientiert zu Lösungsorientiert

- die Komfortzone

mentale Grenzen durchbrechen > Rituale entwickeln > Umgang mit Enttäuschungen

- innere Ressourcen nutzen

natürliche Energie nutzen > Ordnung ins Leben bringen > das Gesetz der Gelassenheit > die fünf Säulen der Persönlichkeitsentwicklung

- sich selber und andere motivieren

Definition > Geheimnisse von erfolgreichen Menschen > REP: Results - Purpose - Massive Action Plan > Selbstreflektion/Selbstwahrnehmung

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 05.09.2024	<b>Ende</b> 06.09.2024	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 840 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Inhaber:innen, Geschäftsführer:innen, Personal Manager:innen, Führungskräfte

### Referent/in

Peter Werth

### Gebühr

330 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Behandlungsmethoden zur Regulation des Nervensystems

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

In diesem Praxisseminar lernen Sie Behandlungsmethoden, um das Nervensystem zu regulieren. Inhalte sind u. a. die Pathologien, welche mit dem vegetativen Nervensystem in Verbindung stehen, die Frage, was somatopsychisch ist, die Aktivierung des Parasympathikus, die Behandlung der Brustwirbelsäule, Übungen für den Vagusnerv und Mikropressur.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Zum ECM-Folder

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
09.11.2024

Ende  
09.11.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
480 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1

Zielgruppe  
Fachberufe aus den Bereichen Massage, Therapie, Psychologie, Training, Gesu

Referent/in  
Stefan Dillitz

Gebühr  
145 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Zusatzqualifikation: Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Kursbeschreibung

Patientinnen und Patienten mit körperlichen Beschwerden ohne Organbefund machen in der ärztlichen Praxis einen Großteil des Patientenaufkommens aus. Schätzungsweise 50-70% aller körperlichen Beschwerden fallen in diese Kategorie sog. funktioneller Erkrankungen (Kroenke 2003).

Klassischerweise besteht die ärztliche Therapie von funktionellen Erkrankungen innerer Organe aus einer Kombination medikamentöser und psychotherapeutischer Behandlungsverfahren, zu denen auch konventionelle Entspannungsverfahren zählen. Ergebnisse wissenschaftlicher Untersuchungen gehen davon aus, dass von diesen Therapieverfahren ca. 40-60% der Patientinnen und Patienten profitieren. Das heißt: Nahezu die Hälfte ist weiterhin auf der Suche nach einem geeignetem Therapieverfahren. Die Viszerale Physiotherapie bietet hier eine wirksame Erweiterung der therapeutischen Möglichkeiten.

Die Mehrzahl der Patientinnen und Patienten, die sich in den physiotherapeutischen Praxen vorstellen, leiden primär an Beschwerden, die sich im Bereich des Bewegungsapparates äußern. Bei vielen dieser Beschwerden existieren jedoch pathogene Co-Faktoren, die auf Funktionsstörungen innerer Organe zurückgeführt werden können.

Die Seminarreihe "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin" bietet die Möglichkeit, funktionelle Zusammenhänge der einzelnen Organsysteme aufzudecken und die Inhalte praxisrelevant mit einem Untersuchungs- und Behandlungskonzept in die tägliche Praxis zu integrieren.

Viszerale Physiotherapie als Sonderbereich innerhalb der klassischen Physiotherapie ist fokussiert auf die manuelle Diagnostik und manuelle Therapie funktioneller Erkrankungen innerer Organe.

Die Funktionelle Medizin berücksichtigt die Gesamtheit der neuroreflektorischen, zellulären, biochemischen und hormonellen Zusammenhänge bei der Diagnostik und Behandlung chronisch kranker Problempatientinnen und Patienten.

## Inhalt

Primäres Ziel der Zusatzqualifikation Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin ist die Integration verschiedener viszeraler Untersuchungs- und Behandlungskonzepte in eine komplementärmedizinische Betrachtungsweise zur Behandlung von Funktionsstörungen innerer Organe, sowie Funktionsstörungen des Bewegungssystems, die nach "klassischer" physio-manualtherapeutischer Behandlung immer wieder rezidivieren, so dass sie einen systemischen Ansatz erforderlich machen.

- Neuroreflektorische Afferenzen viszeraler Strukturen können Schmerzen in den Bewegungsapparat projizieren oder über den viszerosomatischen Reflexbogen zu veränderter Muskelspannung, sowie zu Wirbel- und Gelenkblockaden führen.
- Mechanisch-faszial kann es durch einen Tonusverlust der Organe, z.B. aufgrund einer Dünndarmdysbiose, über deren Aufhängestrukturen zu einer adaptativ geänderten Stellung/Position von Gelenken und Wirbelsäule kommen.
- Biochemische-metabolische Störungen der verschiedenen Organsysteme, z.B. im Säure-Basen-Haushalt, können die Belastbarkeit von Muskeln, Sehnen, Bändern, Knochen und Gelenken herabsetzen.

## Umfang

Die Zusatzqualifikation "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin" umfasst 4 Module à jeweils 3 Tage.

## Modul 1: Grundlagen der viszeralen Physiotherapie



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Termin: 24.10. - 26.10.2024

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Modul 2: Gastrointestinaltrakt

Termin: 16.01. - 18.01.2025

### Modul 3: Detoxifikationsorgan Leber / Urogenitaltrakt

Termin: 08.05. - 10.05.2025

### Modul 4: Thoraxorgane / Immunsystem

Termin: 25.09. - 27.09.2025

Die Module sind auch einzeln buchbar, wobei Modul 1 Voraussetzung für die Teilnahme an den Modulen 2, 3 und 4 ist.

Detailprogramm zum Lehrgang

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

24.10.2024

## Ende

27.09.2025

## Kurstage

12

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

1440 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Physiotherapeut:innen, Ärzt:innen, medizinische oder Heilmasseur:innen mit

## Referent/in

Matthias Löber

## Gebühr

435 € Teilnahmebeitrag pro Modul bei Buchung einzelner Module zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr zzgl. 25,00 EUR Materialspesen für Testkasten bei Modul 2

Seite: 22/65

Gedruckt am: 03.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Applied Kinesiology (AK) - Masterclass

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Die angewandte Kinesiologie macht es vielfach möglich, komplexe Mechanismen, Verfahrenswege, Wechselwirkungen und Zusammenhänge im Körper unserer Patienten zu erkennen. Mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests lernt ihr Antworten vom Körper des Patienten erhalten.

Unsere AK-Ausbildung bietet Euch einfache, lernbare, sofort anzuwendende Diagnose- und Behandlungsverfahren. Ihr könnt mit diesem Wissen in Eurer Therapie sofort starten.

Zum ECM-Folder

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
05.12.2024

Ende  
22.02.2025

Kurstage  
6

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
2880 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Alle Interessierte

Referent/in  
Stefan Heiner Müller

Gebühr  
1490 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Wir erwarten ein Baby! Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

Ein entspannter Tag für werdende Eltern ganz im Zeichen der Vorbereitung auf die Geburt des gemeinsamen Kindes. Neben grundlegenden Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Babypflege sowie Stillen und Tragen des Babys im Tragetuch werden auch Körper- und Entspannungsübungen angeboten. Die Hebamme geht bewusst und kompetent auf Ihre individuellen Bedürfnisse, Anliegen und Fragen ein.

Freuen Sie sich auf Ihr Baby!

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
21.09.2024

**Ende**  
21.09.2024

**Kurstage**  
1

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
18:00 Uhr

**Dauer**  
450 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

**Ort**  
Vahrn  
Stiftstraße 1

**Zielgruppe**  
Alle Interessierte

**Referent/in**  
Judith Falk

**Gebühr**  
50 € Teilnahmebeitrag pro Person

**Anmeldeschluss**  
-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Kloster Neustift

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email

## Wir erwarten ein Baby! Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

**Kursbeschreibung**  
Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

Ein entspannter Tag für werdende Eltern ganz im Zeichen der Vorbereitung auf die Geburt des gemeinsamen Kindes. Neben grundlegenden Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Babypflege sowie Stillen und Tragen des Babys im



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Tragetuch werden auch Körper- und Entspannungsübungen angeboten. Die Hebamme geht bewusst und kompetent auf Ihre individuellen Bedürfnisse, Anliegen und Fragen ein.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Freuen Sie sich auf Ihr Baby!

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

26.10.2024

## Ende

26.10.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

18:00 Uhr

## Dauer

450 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Judith Falk

## Gebühr

100 € Teilnahmebeitrag als Paar zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Wir erwarten ein Baby!

## Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

Ein entspannter Tag für werdende Eltern ganz im Zeichen der Vorbereitung auf die Geburt des gemeinsamen Kindes. Neben grundlegenden Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Babypflege sowie Stillen und Tragen des Babys im Tragetuch werden auch Körper- und Entspannungsübungen angeboten. Die Hebamme geht bewusst und kompetent auf Ihre individuellen Bedürfnisse, Anliegen und Fragen ein.

Freuen Sie sich auf Ihr Baby!

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

07.12.2024

### Ende

07.12.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

18:00 Uhr

### Dauer

450 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Judith Falk

### Gebühr

50 € Teilnahmebeitrag pro Person

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Schwangerschaftsmassage

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Im Seminar lernen Sie eine Massagetechnik, die speziell zur Entspannung und Förderung des Wohlbefindens für Schwangere entwickelt wurde. Sie werden darin geschult, Schwangere in Rückenlage, Seitenlage und im Sitzen zu massieren. Außerdem lernen Sie die optimale Lagerung der Schwangeren während der Massage. So ist auch eine Lagerung in Bauchlage in den ersten beiden Trimestern möglich. Darüber hinaus erhalten Sie eine kleine Einführung in die Anwendung von Aromaölen im jeweiligen Schwangerschaftstrimester.

Dieses Seminar bietet ein umfangreiches Wissen, damit Sie selbstsicher eine Massage zur Entspannung und Gesundheitsförderung an Schwangeren im Rahmen Ihres Grundberufs durchführen können.

Zum ECM-Folder

Kurssprache

Deutsch

Beginn

19.11.2024

Ende

20.11.2024

Kurstage

2

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

959 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

Zielgruppe

Hebammen, Masseur:innen und andere interessierte Gesundheitsberufe.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in

Corinne Mayr

Gebühr

270 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

## Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin - Modul 2: Gastrointestinaltrakt

### Zusatzqualifikation "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin"

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Das Seminar "Gastrointestinaltrakt" ist Teil der Kursreihe "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin". Diese physiotherapeutische Zusatzqualifikation bietet die Möglichkeit, funktionelle Zusammenhänge der einzelnen Organsysteme aufzudecken und die Inhalte praxisrelevant mit einem Untersuchungs- und Behandlungskonzept in die tägliche Praxis zu integrieren.

Viszerale Physiotherapie als Sonderbereich innerhalb der klassischen Physiotherapie ist fokussiert auf die manuelle Diagnostik und manuelle Therapie funktioneller Erkrankungen innerer Organe. Die Funktionelle Medizin berücksichtigt die Gesamtheit der neuroreflektorischen, zellulären, biochemischen und hormonellen Zusammenhänge bei der Diagnostik und Behandlung chronisch kranker Problempatientinnen und Patienten.

Primäres Ziel der Zusatzqualifikation Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin ist die Integration verschiedener viszeraler Untersuchungs- und Behandlungskonzepte in eine komplementärmedizinische Betrachtungsweise zur Behandlung von Funktionsstörungen innerer Organe, sowie Funktionsstörungen des Bewegungssystems, die nach "klassischer" physio-manualtherapeutischer Behandlung immer wieder rezidivieren, so dass sie einen systemischen Ansatz erforderlich machen.

" Neuroreflektorische Afferenzen viszeraler Strukturen können Schmerzen in den Bewegungsapparat projizieren oder über den viszerosomatischen Reflexbogen zu veränderter Muskelspannung, sowie zu Wirbel- und Gelenkblockaden führen.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

" Mechanisch-faszial kann es durch einen Tonusverlust der Organe, z.B. aufgrund einer Dünndarmdysbiose, über deren Aufhängestrukturen zu einer adaptativ geänderten Stellung/Position von Gelenken und Wirbelsäule kommen.

" Biochemische-metabolische Störungen der verschiedenen Organsysteme, z.B. im Säure-Basen-Haushalt, können die Belastbarkeit von Muskeln, Sehnen, Bändern, Knochen und Gelenken herabsetzen.

### Inhalte des Moduls "Gastrointestinaltrakt":

- Enterisches Nervensystem (ENS) des Gastrointestinaltraktes (Plexus myentericus und submucosus / Neurotransmitter des ENS / Kommunikation des ENS mit dem ZNS
- Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie des Magens
- Verdauungsprozesse und deren Fehlregulation
- Beginn mit Nase, Mund und Ösophagus (Refluxösophagitis / Regurgitation)
- funktionelle Magendysfunktionen (Dyspepsie / Hypochlorhydrie / der Magen als Schlüsselorgan für den Säure-Basen-Haushalt / Intrinsic factor und B12 - Kreislauf / Gastroparose / Pylorusperistaltik)
- Untersuchung und Behandlung des Magens und Magenregion
- Klassische Magenpathologien und Red Flags
- Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie des Pankreas, Gallenblase und Duodenum
- Pankreas- und Gallenblasendysfunktionen: funktionelle Pankreasinsuffizienz (exokrine Funktion) / Gallenblasenpathophysiologie / die Gallenblase als Eliminationsorgan / Gallensteine / das Duodenum als biochemischer Treffpunkt für Verdauungsenzyme von Pankreas und Galle, Enterokinase
- Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie des Dünndarms
- Klassische Dünndarmpathologien (Ulcer duodeni, Morbus Crohn, Zöliakie)
- Resorptionsstörungen des Dünndarmes (Malabsorption / Malassimilation / Autointoxikation des Darmes / Nahrungsmittelintoleranzen / Nahrungsmittelallergien
- Mikroökologie und Dysbiose des Darmes (Hyperpermeabilitätssyndrom / Immunsystem des Darmes / intestinales Mikrobiom / GALT (gut associated lymphatic tissue) / Zusammenhänge zum CMIS (Common Mucosa Immun System) / Das 4 - R - Programm (Regulierung und Aufbau der Darmflora)
- Untersuchungs- und Behandlungstechniken des Dünndarms
- Red Flags
- Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie des Dickdarmes (Colon)
- Klassische Dickdarmpathologien (Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Divertikulitis, Colocarcinom)
- Funktionelle Dysfunktionen des Dickdarmes: Diarrhoe / Obstipation / Meteorismus / Colon irritabile / Beschwerden nach operativen Eingriffen am Dickdarm
- Untersuchungs- und Behandlungstechniken des Colons
- Red Flags

Weitere Module:

Seite: 30/65

Gedruckt am: 03.06.2024



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Modul 1: Grundlagen der viszeralen Physiotherapie

Modul 3: Detoxifikationsorgan Leber / Urogenitaltrakt

Modul 4: Thoraxorgane / Immunsystem

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

16.01.2025

## Ende

18.01.2025

## Kurstage

3

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

1440 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine mindestens 2-jährige Berufstätigkeit

## Referent/in

Matthias Löber

## Gebühr

435 € Teilnahmebeitrag inkl. umfangreicher Seminarunterlagen bei Einzelmodulbuchung zzgl. 25,00 EUR Materialspesen für Testkasten zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Auszeitmassage

## Entspannen, den Tiefschlaf fördern und die Immunabwehr stärken

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Sich eine Auszeit nehmen vom Alltag, loslassen, abschalten, sich entspannen, auftanken und sich erholen. Diese Massage ist der ideale Einstieg für den Urlaub oder um einfach mal aus dem Hamsterrad auszusteigen. Die Auszeitmassage ist aus altbewährten Techniken zusammengesetzt. Es werden Rücken, Schultern und Nacken speziell massiert. Darauf folgend werden die Hauptgelenke des Körpers zusätzlich entspannt und am Ende spezielle Entspannungspunkte am Kopf und im Gesichtsbereich massiert. Infolgedessen wird der gesamte Rücken gekräftigt, die Gelenke gelöst und der erholsame Tiefschlaf gefördert. Diese Massage ist ideal zum Stressabbau, weckt die Lebenskraft und leistet in der Burnout-Prävention hervorragende Dienste.

### Kursprache

Deutsch

### Beginn

29.11.2024

### Ende

29.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

18:00 Uhr

### Dauer

480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Masseur:innen, Wellnesstrainer:innen, Schönheitspfleger:innen sowie Interessierte

### Referent/in

Eduard Mutschlechner

### Gebühr

135 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Mundpflege im logopädischen Alltag

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

In diesem Seminar besprechen wir alles rund um das Thema „Mundpflege im logopädischen Alltag“: Wer ist verantwortlich dafür? Gibt es Definitionen, Leitlinien dazu oder Mundpflegestandards?

Im ersten Teil beschäftigen wir uns mit den theoretischen Grundlagen zu diesem Thema:

- Speichel – zu viel/zu wenig?
- Mundflora nach Bestrahlung
- palliative Aspekte der Mundpflege
- Anamnese, Diagnostik und Zielsetzung von Mundpflege.

Besonders herausfordernd sind Situationen, in denen Betroffene den Mund nicht öffnen wollen/können - was bedeutet ein geschlossener Mund und wie gehen wir mit diesem um? Im zweiten Teil des Seminars werden wir unterschiedliche Hilfsmittel von A-Z kennenlernen und die Einsatzbereiche kritisch diskutieren. Wir üben praktisch die Durchführung von Mundpflegekonzepten und orientieren uns kritisch an dem Qualitätsrahmen Mundpflege.

Kurssprache

Deutsch

Beginn  
10.10.2024

Ende  
10.10.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
480 Minuten

Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Logopäd:innen

## Referent/in

Cordula Winterholler

## Gebühr

175 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Handreflexzonenmassage

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Die Handreflexzonenmassage ist eine spezielle Form der Reflexzonenmassage, die sich der Konzepte der Fußreflexzonenmassage bedient. Bestimmte Regionen auf der Hautoberfläche sind über einen sogenannten reflektorischen Bogen mit inneren Organen und Körperregionen verbunden. Durch die physische Stimulation der Zonen erfolgt eine spiegelbildliche Wirkung.

Das Ziel der Handreflexzonenmassage ist es u.a. Blockaden zu lösen, Schmerzen zu lindern, die Verdauung zu fördern und die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern. Im Seminar werden die Griffe und Massagetechniken erlernt und geübt.

Das Seminar richtet sich gleichermaßen an Masseur:innen und Therapeut:innen zur Anwendung im beruflichen Kontext als auch an interessierte Laien (zur Selbstbehandlung bzw. im Familienkreis).

Zum ECM-Folder



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

11.10.2024

## Ende

11.10.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

480 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Gabriele Reinisch

## Gebühr

130 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Holistic Pulsing Einführung -Kennenlernkurs

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Holistic Pulsing ist eine ganzheitliche Körperarbeit, einfach und angenehm in der Ausführung, eine Art sanfte Massage und behutsame Entspannungstechnik. Mit wiegenden Bewegungen wird der Körper in leichte pulsierende Schwingungen gebracht,



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

die sich wellenartig vom Kopf bis zu den Füßen ausbreiten und auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene wirken können. Holistic Pulsing wird angewendet, um sanft Verspannungen und Blockaden zu lösen, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren sowie begleitend und unterstützend bei Beschwerden und Erkrankungen.

Der Kurs Holistic Pulsing Einführung-Kennenlernkurs hat das Ziel, die Anwendung von Holistic Pulsing als einfache Tiefenentspannungsbehandlung zu erlernen, für den Hausgebrauch oder als Ergänzung zu einer anderen Methode.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

12.10.2024

## Ende

12.10.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

480 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Gabriele Reinisch

## Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Klang und Entspannung

Meditationen, Entspannungsübungen und Fantasiereisen durch Klänge wirkungsvoll unterstützen.

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Meditation und Klang sind eine wohltuende und kraftvolle Kombination, um Körper, Seele und Geist zu entspannen, loszulassen und nach innen zu gehen. Mit Klängen von Klangschalen und Gongs lassen sich Meditationen, Entspannungsübungen und Fantasiereisen wirkungsvoll unterstützen.

Nach einer kurzen theoretischen Einführung in die Grundlagen der Meditation und der Klangschalenmassage steht der Workshop ganz im Zeichen der Selbsterfahrung und der praktischen Anwendungen.

Sie erfahren, wie regelmäßige Meditation unser Gehirn beeinflusst und welche Wirkungen sie auf unser Wohlbefinden hat. Die erlernten Meditationen und Klanganwendungen können Sie für sich selbst nutzen, in Gruppen anwenden oder an Ihre Klientinnen und Klienten weitervermitteln.

ECM Folder 2023

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

09.11.2024

### Ende

09.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Werner Kirschner

Gebühr  
125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Faszien- und Sportmassage Teil 2 Aufbauseminar

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Im Aufbauseminar erweitern Sie Ihr Wissen und Ihre Kompetenzen und ergänzen Ihr Behandlungsspektrum mit Massage- und Faszientechniken an Rücken und Schultern. Zudem wird unser wichtigster Atemmuskel, das Zwerchfell, berücksichtigt sowie Dehnungsbeispiele und myofasziale Selbstmassagemöglichkeiten aufgezeigt.

Inhalte u.a.:

- > Sportanatomie
- > Für Sportler relevante Trigger- und Akupressurpunkte
- > Praxisteil: Verschiedene Massagegriffe und Behandlungstechniken an den oberen Extremitäten und am Oberkörper
- > Beispiele Behandlungstechniken Zwerchfell
- > Dehnungsbeispiele
- > Beispiele myofasziale Selbstmassage

Für das Seminar werden 22,4 ECM-Punkte vergeben.

Termin Faszien- und Sportmassage Teil 1: 18.11. - 19.11.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Zum ECM-Folder

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
27.01.2025

Ende  
28.01.2025

Kurstage  
2

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
480 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1

Zielgruppe  
Teilnehmer:innen des Grundkurses bzw. entsprechende Vorkenntnisse in Sportm

Referent/in  
Thomas Stricker

Gebühr  
500 € Teilnahmebeitrag bei gleichzeitiger Buchung Teil 1 und 2

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Aufbauseminar: Klangschalenmassage Aufbauseminar

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Im Aufbau-seminar erwerben Sie weiterführende Fertigkeiten, die es Ihnen ermöglichen eine ganzheitliche Klangmassage unter Einbezug der zentralen menschlichen Ebenen (körperlich, emotional, mental, spirituell) durchzuführen. Die Vermittlung eines ganzheitlichen Körper-Geist-Seele-Ansatzes, der neben westlichen Gesundheitskonzepten insbesondere auch östliche Auffassungen (Energielehre aus der TCM u.a.) integriert, ist von großer Bedeutung. Auf der Grundlage dieser Konzeption werden energetisierende und entspannende Klangmassagen umgesetzt und durch geeignete Spieltechniken verfeinert. Inhalte: > Einsatz der Klangschalen mit geführten Imaginationsreisen > Wirkungen von Klängen / Obertöne Farbklänge und Energiezentren > Vielfältige Klangmeditationen sowie Klangbäder > Unterstützende Hilfsmittel in der Klangschalenarbeit (Imaginationsarbeit, Meditationsanleitungen) > Praktisches Training

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

22.11.2024

### Ende

22.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

18:00 Uhr

### Dauer

419 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Werner Kirschner

## Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Sportmentaltraining

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Erfolg beginnt im Kopf und sehr oft entscheidet schlussendlich die mentale Stärke über Sieg oder Niederlage – im Sport, im Berufsleben, im Alltag. Was vielen noch nicht bewusst ist: Nicht nur die körperliche, sondern auch die mentale Komponente kann trainiert werden.

Mentaltraining ist eine der zentralen Techniken des sportpsychologischen Trainings und verwendet eine Vielzahl psychologischer Methoden. Im Seminar erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Aspekte des Mentaltrainings, lernen diese theoretisch, vor allem aber anhand praktischer Übungen kennen:

- > Entwicklung von Selbstvertrauen
- > Motivations- und Zielsetzungstraining
- > Aufmerksamkeits- und Konzentrationstraining
- > Mentales Techniktraining (Visualisierung)
- > Stressmanagement und Bewältigung von Leistungsdruck
- > Gedanken- und Gefühlskontrolle
- > Selbstgesprächs- und Einstellungstraining
- > Entspannungs- und Anspannungstraining
- > Training der mentalen Stärke

Zum ECM-Folder

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

20.11.2024

### Ende

20.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Zielgruppe

Sportler:innen, Sportwissenschaftler:innen, Trainer:innen, Coaches, Berater

## Referent/in

Monika Niederstätter

## Gebühr

135 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Grundlagen der viszeralen Physiotherapie

## Modul 1 der Zusatzqualifikation "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin"

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Patientinnen und Patienten mit körperlichen Beschwerden ohne Organbefund machen in der ärztlichen Praxis einen Großteil des Patientenaufkommens aus. Schätzungsweise 50 - 70% aller körperlichen Beschwerden fallen in diese Kategorie sog. funktioneller Erkrankungen (Kroenke 2003).

Klassischerweise besteht die ärztliche Therapie von funktionellen Erkrankungen innerer Organe aus einer Kombination medikamentöser und psychotherapeutischer Behandlungsverfahren, zu denen auch konventionelle Entspannungsverfahren zählen. Ergebnisse wissenschaftlicher Untersuchungen gehen davon aus, dass von diesen Therapieverfahren ca. 40-60% der Patientinnen und Patienten profitieren. Das heißt: Nahezu die Hälfte ist weiterhin auf der Suche nach einem geeignetem Therapieverfahren. Die Viszerale Physiotherapie bietet hier eine wirksame Erweiterung der therapeutischen Möglichkeiten

Die Mehrzahl der Patientinnen und Patienten, die sich in den physiotherapeutischen Praxen vorstellen, leiden primär an Beschwerden, die sich im Bereich des Bewegungsapparates äußern. Bei vielen dieser Beschwerden existieren jedoch pathogene Co-Faktoren, die auf Funktionsstörungen innerer Organe zurückgeführt werden können.

Die Kursreihe "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin" bietet die Möglichkeit, funktionelle Zusammenhänge der einzelnen Organsysteme aufzudecken und die Inhalte praxisrelevant mit einem Untersuchungs- und Behandlungskonzept in die tägliche Praxis zu integrieren.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Viszerale Physiotherapie als Sonderbereich innerhalb der klassischen Physiotherapie ist fokussiert auf die manuelle Diagnostik und manuelle Therapie funktioneller Erkrankungen innerer Organe.

Die Funktionelle Medizin berücksichtigt die Gesamtheit der neuroreflektorischen, zellulären, biochemischen und hormonellen Zusammenhänge bei der Diagnostik und Behandlung chronisch kranker Problempatientinnen und Patienten.

### Inhalt:

Primäres Ziel der Zusatzqualifikation Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin ist die Integration verschiedener viszeraler Untersuchungs- und Behandlungskonzepte in eine komplementärmedizinische Betrachtungsweise zur Behandlung von Funktionsstörungen innerer Organe, sowie Funktionsstörungen des Bewegungssystems, die nach "klassischer" physio-manualtherapeutischer Behandlung immer wieder rezidivieren, so dass sie einen systemischen Ansatz erforderlich machen.

- " Neuroreflektorische Afferenzen viszeraler Strukturen können Schmerzen in den Bewegungsapparat projizieren oder über den viszerosomatischen Reflexbogen zu veränderter Muskelspannung, sowie zu Wirbel- und Gelenkblockaden führen.
- " Mechanisch-faszial kann es durch einen Tonusverlust der Organe, z.B. aufgrund einer Dünndarmdysbiose, über deren Aufhängestrukturen zu einer adaptativ geänderten Stellung/Position von Gelenken und Wirbelsäule kommen.
- " Biochemische-metabolische Störungen der verschiedenen Organsysteme, z.B. im Säure-Basen-Haushalt, können die Belastbarkeit von Muskeln, Sehnen, Bändern, Knochen und Gelenken herabsetzen.

### Modul 1: Grundlagen der viszeralen Physiotherapie

Termin: 19.10.-21.10.2023

- " Embryologie / Phylo- und Ontogenese der inneren Organe
- " Darstellung funktioneller Erkrankungen innerer Organe, sowie die Vermittlung der relevanten Anatomie, Physiologie und Pathologie
- " Ätiologie und Epidemiologie von Dysfunktionen des Viszeralorgane
- " Darstellung systemischer, viszeraler Funktionsstörungen auf 3 Ebenen, die sich auf das Bewegungssystem auswirken können (neuroreflektorische Ebene / biomechanische Ebene / biochemisch-metabolische Ebene)
- " Klinische Muster des viszeralen Systems
- " Aktuelle Evidenz und Guidelines / Richtlinien in Bezug zur Untersuchung und Behandlung der inneren Organe
- " Komplementärmedizinische Aspekte aus der Ernährungsmedizin, Orthomolekularmedizin und der Energetischen Medizin
- " Grundlegende Untersuchungsverfahren von inneren Organen (Palpation bindegewebiger Strukturen des Peritoneums, Mobilisationstests der inneren Organe, Perkussion, Auskultation, Safety-Tests etc.)
- " Grundsätzliche Behandlungsverfahren von Organstrukturen (Reflextherapien, Mobilisationstechniken, Drainagetechniken etc.)
- " Fehlregulation der Organe aufgrund zentral vegetativer Störungen (Hypothalamus / Hypophyse / Neurotransmitterdysfunktionen / Psychosomatik vs. Somatopsychisch
- " Hypersympathikotonie / Hypoparasympathikotonie



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Umfang:

Die Zusatzqualifikation "Viszerale Physiotherapie und Funktionelle Medizin" umfasst 4 Module à jeweils 3 Tage

Weitere Module:

Modul 2: Gastrointestinaltrakt

Modul 3: Detoxifikationsorgan Leber / Urogenitaltrakt

Modul 4: Thoraxorgane / Immunsystem

## Kurssprache

Deutsch

**Beginn**

24.10.2024

**Ende**

26.10.2024

**Kurstage**

3

**Beginnzeit**

09:00 Uhr

**Endzeit**

17:00 Uhr

**Dauer**

1440 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine mindestens 2-jährige Berufstätigkeit

## Referent/in

Matthias Löber

## Gebühr

1700 € Teilnahmebeitrag inkl. umfangreicher Seminarunterlagen bei Buchung des gesamten Lehrgangs zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr (425,00 EUR pro Modul)

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

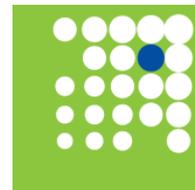
Email

Seite: 44/65

Gedruckt am: 03.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Hot Stone Massage & Wärmekissenbehandlung

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Ein Kurs vom Praktiker für Praktiker:innen

Hot Stone gehört zu den bewährten Klassikern im Wellnessmassage-Bereich. Der Einsatz von warmen und kalten Steinen steigert die Behandlungsqualität enorm – auch für den/die Behandler:in, der trotz intensiver Behandlungsintensität ihre/seine Gelenke schont. Als Besonderheit wird zusätzlich der Einsatz des Wärmekissens gelehrt. Ob mobil oder stationär – mit diesem Kurs werden die Stones und das Wärmekissen zu Ihren treuen Begleitern. Der Workshop ist sehr praxisorientiert.

## Inhalte:

- Set & Setting
- Wärmefeldgenerierung
- Hand über Hand – Techniken
- Stoneflips
- Justierung der Temperaturbalancen
- Kryotherapeutische Anwendungen
- Stonecontrolling
- Einbindung in bestehende Therapieformen/Körperarbeit
- Layouts
- Selbstheilungstechniken
- Reinigung und Hygiene
- Herstellung und Einsatz des Wärmekissens

Die Absolvierung des Seminars befähigt den/die Teilnehmer:in im Rahmen ihres Grundberufs selbständig mit den Steinen und dem Wärmekissen zu arbeiten, sei es als eigenständige Methode oder in Kombination mit anderen Techniken.

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 25.11.2024	<b>Ende</b> 26.11.2024	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 18:00 Uhr	<b>Dauer</b> 1080 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Masseur:innen, Schönheitspfleger:innen und interessierte Laien. Massage-Gru

### Referent/in

Peter Kastner

### Gebühr

290 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.  
Email

## Basisseminar: Fußreflexzonenmassage

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Die Fußreflexzonenmassage setzt mit einem systematisch aufgebauten Behandlungskonzept manuelle Reize am Fuß. Sie stimuliert die sogenannten Reflexzonen. Dies sind bestimmte Areale am Fuß, die im direkten Zusammenhang mit Organen und Organsystemen stehen und über die eine positive Beeinflussung zahlreicher Beschwerdebilder gelingt.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Durch die gegenseitige Beeinflussung zeigt sich einerseits die Veränderung (Funktionsstörung/Erkrankung) am Organ als Veränderung der reflektorischen Zone, andererseits führt eine Reizsetzung an der Reflexzone zu einer entsprechenden Reaktion des Organs. Die körpereigenen Regulationssysteme werden zum Ausgleich von Dysbalancen angeregt. Sie erlernen theoretisch und praktisch alle Fähigkeiten, um die Fußreflexzonenmassage als schonende und doch sehr wirkungsvolle Behandlungs- bzw. Therapiemethode anwenden zu können.

### Inhalt:

- Grundlagen der topographischen u physiologischen Anatomie
- Zonen und Wirkungsweise am Fuß
- Grifftechniken und Ablauf der Behandlung
- Indikationen und Kontraindikationen
- Erklärung von Krankheitsbildern (Symptome und mögliche Ursachen)

Das Seminar ist ECM-akkreditiert.

Das Seminar kann auch 2tägig (19.11. - 20.11.2024) besucht werden.

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

19.11.2024

### Ende

21.11.2024

### Kurstage

3

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

1440 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Gesundheitsberufe, Masseur:innen, Interessierte für die Anwendung im privat

## Referent/in

Gabriele Reinisch

## Gebühr

390 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Seite: 47/65

Gedruckt am: 03.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Naturkosmetik-Fachberater:in

Themenbereich  
Körperpflege, Kosmetik

## Kursbeschreibung

Naturkosmetik findet zunehmend das Kaufinteresse der Verbraucher:innen. Sie werden informierter, kritischer und aufmerksamer gegenüber den Produkten, die sie auf ihre Haut auftragen, und suchen kompetente und maßgeschneiderte Beratung. Diese Fortbildung reagiert auf diese steigende Nachfrage nach Fachkenntnissen und bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Beratungsfähigkeiten auf ein neues Level zu heben. Sie werden nicht nur die theoretischen Grundlagen erlernen, sondern auch praktische Fähigkeiten entwickeln, um Naturkosmetik mit Überzeugung und Fachkenntnis zu vertreten.

### Theoretische Inhalte

- Warum überhaupt Naturkosmetik?
- Unterschiede Naturkosmetik zu konventioneller Kosmetik
- Problematische Inhaltsstoffe in konventioneller Kosmetik
- Die Haut
- Hauttypen und Hautbilder
- Hautanalyse und Fragemöglichkeiten
- Grundlagen Basispflege
- Grundlagen Zusatzpflege
- Roh- und Wirkstoffe der Naturkosmetik
- Sonnenpflege in der Naturkosmetik
- Dekorative Kosmetik

### Praxis

- Anwendung Pflegeschritte im Geschäft
- Einstieg und Umstieg auf Naturkosmetik im Verkaufsaltag



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

- Zusatzverkäufe als Türöffner
- Schminken mit Naturkosmetik: Erstellen eines natürlichen, schnellen Tagesmakeup vor Ort

Alle Pflege- und Kosmetikprodukte sind im Seminarpreis enthalten.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

04.11.2024

## Ende

06.11.2024

## Kurstage

3

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

1259 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Biofachverkäufer:innen und -berater:innen, Kosmetiker:innen, Berater:innen

## Referent/in

Monika Schulte-Beckhausen

## Gebühr

460 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Gehörtraining: Besser hören und Tinnitus sanft lindern

## Gehörtraining mit Stressmanagement

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Wie bitte? Besser hören? Besser verstehen? Und Ohrgeräusche lindern? Ist das möglich?

Ja. Hören und Verstehen kann man trainieren. Das Hörseminar bietet ein System aus wirksamen Methoden zur Belebung der Selbstheilungskräfte des Körpers, Meditationen und gezielte Übungen für das Gehörorgan. Damit können Sie die geschwächte Hörverarbeitung im Gehirn fördern.

Ziel ist es, noch während des Seminars die ersten Verbesserungen des Hörens und Verstehens sowie eine Minimierung der Ohrgeräusche festzustellen und die erlernten Übungen und Techniken im Alltag anzuwenden. Dafür bekommen Sie einen individuellen Trainingsplan zur Umsetzung mit nach Hause.

Die Seminarleiter:innen Tatyana und Georgi Jerkov leiten seit über 15 Jahren erfolgreich Seminare zu den Themen Augen- und Gehörtraining, Stressmanagement, Körpertraining, Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

07.11.2024

### Ende

09.11.2024

### Kurstage

3

### Beginnzeit

16:00 Uhr

### Endzeit

14:15 Uhr

### Dauer

1109 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Georgi Jerkov



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Tatyana Jerkova

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

351.2 € Teilnahmebeitrag für Wiederholer:innen dieses Seminars zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Praxisworkshop: Entspannung für Kinder

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Neben ausreichend Bewegung, brauchen Kinder auch Entspannung und Ruhe, um sich gut zu entwickeln und gesund zu bleiben. Die Fähigkeit sich zu entspannen, ist eine natürliche und wichtige Ressource, die in jedem Kind angelegt ist. Durch Reizüberflutung, Stress und Druck kann diese natürliche Fähigkeit beeinträchtigt werden. Kindgerechte Entspannungsübungen helfen Kindern dabei, von der Anspannung in die Entspannung zu kommen, Stress, Unruhe, Druck und Ängste abzubauen. Im Seminar werden verschiedene Entspannungsmethoden für Kinder vorgestellt, praktisch geübt und mit theoretischem Hintergrundwissen verknüpft.

Sie lernen, wie Sie diese in Ihrem jeweiligen beruflichen Kontext (Kindergarten, Schule, therapeutische Praxis, Training) oder zu Hause kindgerecht vermitteln.

Seminarinhalte u. a.: Fantasie- und Traumreisen, Entspannungs- und Bewegungsspiele, einfache Atemübungen, Entspannung mit Musik

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 26.09.2024	<b>Ende</b> 26.09.2024	<b>Kurstage</b> 1
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:30 Uhr	<b>Dauer</b> 450 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Menschen, die in pädagogischen, sozialpädagogischen, sozialen oder Gesundhe

### Referent/in

Werner Kirschner

### Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Basisseminar Dorn-Breuss-Massage

Erlernen Sie die Kombinationsmethode der sanften Wirbelsäulenmethode mit der regenerierend-entspannenden Breussmassage

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

In der Kombinationsmethode der Dorn-Breuss-Massage werden Wirbel und Gelenke mit gezielten Impulsen des Anwenders nach der sanften Wirbelsäulenmethode nach Dieter Dorn wieder in ihre ursprüngliche Position gebracht. Die anschließende Breussmassage regeneriert unterversorgte Bandscheiben und entspannt die Muskulatur entlang der Wirbelsäule.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursziele: Die selbstständige und eigenverantwortliche Ausübung der Dornmethode, bzw. Ausgleichen der Beinlängendifferenz und Korrektur von Wirbel- und Gelenkfehlstellungen, mit der nachfolgenden Erstellung eines Selbsthilfeplanes für den Klienten bzw. die Klientin nach der Dornmethode;

Inhalte: einfache, verständliche Anatomie & Physiologie, Indikationen und Kontraindikationen, Dornmethode / Grifftechniken, Techniken zur Selbstübung für Klient:innen, praktische Durchführung der Breussmassage.

**Kurssprache**  
Deutsch

<b>Beginn</b> 11.11.2024	<b>Ende</b> 12.11.2024	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 960 Minuten

**Beschreibung Zeit**  
-

**Ort**  
Vahrn  
Stiftstraße 1

**Zielgruppe**  
Masseur:innen und interessierte Laien

**Referent/in**  
Eduard Mutschlechner

**Gebühr**  
265 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

**Anmeldeschluss**  
-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Kloster Neustift

**Detailseite zum Kurs**  
-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Holistic Pulsing Körperpulsing

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Holistic Pulsing ist eine ganzheitliche Körperarbeit, einfach und angenehm in der Ausführung, eine Art sanfte Massage und behutsame Entspannungstechnik. Die Anwendung erfolgt in bekleidetem Zustand, entweder in Rücken- Bauch- oder Seitenlage.

Mit wiegenden Bewegungen wird der Körper in leichte pulsierende Schwingungen gebracht, die sich wellenartig vom Kopf bis zu den Füßen ausbreiten und auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene wirken können. Unter anderem werden auch die Faszien in Bewegung versetzt, sodass vorhandene Verklebungen sich lösen können.

Holistic Pulsing wird angewendet, um sanft eine tiefe muskuläre, seelische und organische Entspannung zu fördern, Stress abzubauen, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren, begleitend und unterstützend bei Beschwerden und Erkrankungen sowie zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens.

Vorkenntnisse, wie etwa der Einführungskurs, sind nicht erforderlich. Wir empfehlen Ihnen den Schnupperkurs am 12.10.2024, wenn Sie die Methode des Holistic Pulsing im Rahmen eines kürzeren Seminars kennenlernen möchten.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

22.11.2024

### Ende

23.11.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

960 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Gabriele Reinisch

### Gebühr

250 € Teilnahmebeitrag



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Jin Shin Jyutsu® - Strömen Praxistag zum Kennenlernen

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Praxistag zum Kennenlernen

Jin Shin Jyutsu® ist eine Jahrtausende alte Methode zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper, auch bekannt unter dem Begriff des "Strömens". Ohne Hilfsmittel, aber mit achtsamen Händen, die an verschiedene Punkte am Körper gelegt werden, kann blockierte Energie im Energiefluss des Körpersystems gelöst, die eigene, tiefgründige Selbstheilungskraft gestärkt und dadurch Gesundheit und Wohlbefinden gefördert werden.

An diesem Tag haben Sie die Möglichkeit Jin Shin Jyutsu® Strömen kennenzulernen und praktisch zu erfahren und anzuwenden. Die Theorie rückt in den Hintergrund, wir tauchen direkt in die Praxis ein, strömen gegenseitig und lernen andere in kleinen Gruppen zu strömen.

Begegnung und Austausch mit uns selbst und anderen Menschen stehen im Mittelpunkt. Wir lernen das Gedankenkarussell abzuschalten und zur Ruhe zu kommen.

Dieser praxisorientierte Strömworkshop ist hervorragend geeignet, um Jin Shin Jyutsu® Strömen kennenzulernen und ein kleines, aber feines Repertoire verschiedener Selbsthilfegriffe aus dem Jin Shin Jyutsu® für den Alltag mit nach Hause zu nehmen.

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 11.10.2024	<b>Ende</b> 11.10.2024	<b>Kurstage</b> 1
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Helene Sanin

### Gebühr

120 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Hypopressives Atemtraining - VAC Core

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Beim Hypopressiven Muskeltraining handelt es sich um Haltungstechniken, die wiederum eine Atemtechnik mit dynamischen und statischen Übungen in Apnoe umfassen.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Dieses Trainingskonzept dient der Verbesserung der Beckenbodenmuskulatur, Bauchmuskulatur, der Haltung und des allgemeinen Wohlbefindens. Bei jeder Übung wird der ganze Körper so beansprucht, dass gleichzeitig Muskeln gekräftigt, verspannte Muskeln gedehnt und Beckenboden und Bauchmuskulatur schonend und sehr effizient auftrainiert werden.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Hauptziele / Indikationen:

- Haltungsschulung
- Rückbildung
- Tonifizierung / Aufbau der Abdominal Muskel
- Linderung eines Rektusdiastase
- LWS–ISG Schmerzlinderung
- Durchblutungsförderung der unteren Extremitäten
- Tonisierung/ neuromuskulären Ansteuerung der Beckenbodenmuskulatur
- Wiederherstellung der normalen Mobilität und Bewegung der inneren Organe
- Hernien
- Prävention

Es werden Anwendungsmöglichkeiten für den jeweiligen beruflichen Kontext besprochen.

Für das Seminar werden 11,2 ECM-Punkte vergeben.

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

04.12.2024

### Ende

04.12.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

480 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Fachpersonal aus den Bereichen Therapie, Gesundheit, Fitness, Wellness und



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Stefan Heiner Müller

Gebühr  
159 € Teilnahmebeitrag inkl. Skript zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Time to Relax - Mehr Entspannung in Beruf und Alltag

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Stressbewältigung in Beruf und Alltag

Die richtige Balance zwischen Anspannung und Entspannung ist einer der Schlüssel zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Dabei machen viele Menschen die Erfahrung, dass Belastung und Anspannung im Alltag überwiegen und Entspannungsphasen zu kurz kommen. Zur Ruhe zu kommen und sich zu entspannen, ist eine bedeutende Ressource für körperliches und psychisches Wohlbefinden und sollte nicht vernachlässigt werden: Stress wird abgebaut, Verspannungen gelöst und auch bei der Vorbeugung und Behandlung vieler psychischer und körperlicher Erkrankungen spielt Entspannung eine wichtige Rolle. Mit effektiver Regeneration können Resilienz und Leistungsfähigkeit positiv beeinflusst und langfristig erhalten bleiben.

Im praxisorientierten Workshop lernen Sie verschiedene Entspannungsmethoden für Ihren beruflichen und privaten Alltag kennen, u.a. Atem- und Achtsamkeitsübungen, einfache Massagegriffe und Kurzentspannungen für zwischendurch – einfach, praktisch anwendbar und wohltuend!

Zum ECM-Folder

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 15.11.2024	<b>Ende</b> 15.11.2024	<b>Kurstage</b> 1
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

alle Berufsgruppen und Interessierte

### Referent/in

Stefan Torggler

### Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Basisseminar: Klangschalenmassage

### Basisseminar

#### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

#### Kursbeschreibung

Die Klangschalenmassage ist eine hochwirksame Entspannungsmethode. Ihr liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zu Grunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden. Die Schwingungen und Vibrationen der Klangschalen wirken auf Körper und Psyche, lösen auf sanfte Art Verspannungen und Blockaden, fördern Regeneration, Ruhe und Entspannung.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Im eintägigen Basisseminar werden theoretische Grundlagen und praktische Herangehensweisen in Verbindung mit wohltuenden Erfahrungen in der Selbstanwendung vermittelt. Sie erwerben ein grundlegendes Wissen sowie entsprechende praktische Fertigkeiten für einen sicheren Umgang mit den Klangschaalen.

#### Inhalte:

- > Techniken der Klangschaalenmassage
- > Wirkungsweise von Tönen
- > Klassischer Ablauf der Klangmassage in der Praxis (Partnerarbeit)
- > In die Stille kommen durch berührenden Klang
- > Körperwahrnehmung: Berühren und spüren
- > Kontraindikationen der Klangschaalenmassage

Sie erlernen Klangmassagen für den Entspannungs- und Wellnessbereich sowie zur Gesundheitsförderung und erfahren, wie Sie verschiedene Klangelemente in Ihre Massage-, Wellness- oder Kosmetikbehandlungen einfließen lassen können, um das Wohlbefinden Ihrer Kunden zu steigern.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

21.11.2024

## Ende

21.11.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

18:00 Uhr

## Dauer

480 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Werner Kirschner



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Leichter sprechen mit Naturerleben Sprechfreude entfalten und die eigene Kraft in der Natur stärken

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Sprechfreude entfalten und die eigene Kraft in der Natur stärken

Das Seminar richtet sich an Menschen mit Sprechängsten, die ihr Sprechen im achtsamen Umgang mit sich selbst neu entdecken möchten.

In diesem zweiteiligen Seminar wird im Kommunikationsteil die Sprechfreude der Teilnehmer:innen erweitert und im Naturerleben schöpfen wir neue Kraft, um die eigenen Stärken auszubauen.

Die Gruppe schafft ein wertfreies Umfeld, um Dinge auszuprobieren und über den eigenen Schatten zu springen. Interessante Gesprächskreise, originelle Übungen und lustige Kommunikationsspiele ermöglichen ein anstrengungsfreies und gelassenes Sprechen.

Ergänzt wird dieses Seminar durch einen zweiten Teil mit Naturerleben. Wir bewegen uns dabei achtsam in der Natur, entspannen, lassen bewusst von Altem los und öffnen uns für Neues. Mit Hilfe von Sinneswahrnehmungsübungen nehmen wir die Natur und die eigene Persönlichkeit mit neuen Augen wahr. Durch bewusstes Atmen und Einfließen von Qi Gong Übungen tanken wir heilsame Naturenergie, schöpfen neue Energie durch die Kraftquelle Natur und stärken unser Selbstvertrauen.

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
27.09.2024

**Ende**  
28.09.2024

**Kurstage**  
2

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
17:00 Uhr

**Dauer**  
960 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**  
Vahrn  
Stiftstraße 1

**Zielgruppe**  
Menschen mit Sprechängsten

**Referent/in**  
Evi Pohl

Gudrun Reden

**Gebühr**  
280 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

**Anmeldeschluss**  
-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Kloster Neustift

**Detailseite zum Kurs**  
-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email

## Mentale Stärke und Selbstbewusstsein bei Kindern und Jugendlichen fördern

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Immer häufiger geraten Kinder und Jugendliche an ihre Grenzen in Bezug auf Leistung und Belastbarkeit, stehen unter Druck und sehen sich mit Erwartungen und Anforderungen konfrontiert, denen sie nicht gewachsen scheinen. Dies kann Ängste und Selbstzweifel hervorrufen. Durch mentales Training können sie lernen, sich auf positive und konstruktive Aspekte zu fokussieren, mentale Stärke zu entwickeln und Vertrauen in sich selbst zu gewinnen, um mit den vielfältigen Herausforderungen des Alltags selbstbewusst und gelassen umzugehen und ihr Potential zu entfalten.

Im Seminar lernen Sie praktisch anwendbare Strategien und Übungen zur Entwicklung und Steigerung von mentaler Stärke und Selbstbewusstsein kennen, mit den Sie Kinder und Jugendliche in Ihrem jeweiligen beruflichen Kontext bzw. im familiären Umfeld gut unterstützen können, die Sie aber auch für Ihre persönliches mentales Wohlbefinden gut einsetzen können. Indem Sie die verschiedenen Ansätze und Übungen an sich selbst erfahren, erleben Sie die Wirkung aus erster Hand und können das erworbene Wissen und die Fertigkeiten effektiv in Ihrem privaten und beruflichen Alltag anwenden.

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

04.10.2024

### Ende

05.10.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

14:30 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

960 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Menschen, die in pädagogischen, sozialpädagogischen, sozialen oder Gesundheitlichen Bereichen tätig sind

## Referent/in

Monika Niederstätter

## Gebühr

225 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Mental stark am Berg

## Wie wir unsere Psyche fit für den Berg machen

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Wie wir unsere Psyche fit für den Berg machen

Ein gezieltes Mentaltraining spielt im Spitzensport eine wesentliche Rolle. Nicht so im Freizeitsport. Doch gerade am Berg ist mentale Stärke besonders wichtig. Es gilt nämlich, die bestmögliche Leistung zu erbringen, wenn es darauf ankommt. Aber Angst, Unkonzentriertheit, Zweifel, negative Gedanken, Stress, zu große Anspannung können genau das Gegenteil bewirken und eine Bergtour zur Qual machen. Viele Bergsteiger:innen investieren viel in das körperliche Training, vernachlässigen dabei aber meistens die mentale Komponente.

Bei diesem Seminar erfahren Sie, wie eng unsere Gedanken, Gefühle, Verhaltensweisen und das körperliche Empfinden zusammenhängen und erproben, wie sich dieser Zusammenhang steuern lässt. Anhand von praktischen Übungen und „Werkzeugen“ lernen und erkennen Sie, wo mentale Stärke gefragt ist und wie Sie mit mentalen Herausforderungen umgehen können. Dieses Wissen und die Erfahrungen unterstützen Sie auch, wenn Sie als Wanderleiter:innen mit Gruppen oder Einzelpersonen unterwegs sind.

Dieses Seminar wird als Pflichtfortbildung für im Sonderverzeichnis eingetragene Wanderleiter:innen anerkannt.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

20.11.2024

### Ende

20.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

480 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Monika Niederstätter



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

## Gebühr

125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it