Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Klangschalen Kurs und Klangmassage Ausbildung mit Zertifikat

Diese wirksame Entspannungsmethode löst Stress, Verspannungen und Blockaden.

Themenbereich

Massage

Kursbeschreibung

Klangschalen schenken Ruhe und Gelassenheit, nach einer Anwendung fühlen sie sich leichter, zentriert und klar.

Nach dem Grundkurs können sie entscheiden ob mit der professionellen Ausbildung weitermachen, wo sie am Ende ein Zertifikat bekommen, mit dem sie beruflich arbeiten können.

Bereits an den ersten 2 Tagen erlernen Sie die Anwendung der Klangschalen am eigenen Körper, die Aurareinigung, das richtige Anspiel, eine Klangentspannung für den Rücken und vieles mehr.

Bei der Klangmassage nach AnKlang ist es die tiefgehende Sanftheit und Achtsamkeit, die es ermöglicht den Klängen und Schwingungen in tiefe Schichten des Körpers und des Geistes einzufließen. Das zentrale Thema bei der Klangmassage ist die Tiefenentspannung und das „Loslassen“, körperlich (Verspannungen) wie geistig (Gedanken).

Weitere Inhalte der professionellen Ausbildung:

Erkennen u. Ausgleichen energetischer Dissonanzen und Lösen von Blockaden.

Visualisierungstechniken, Intuitionsübungen und emphatische Gesprächsführung,

Ethik und praktische Hinweise zu Versicherung, Privacy und eigene Tätigkeit.

Am Ende bekommen Sie das Zertifikat mit dem Sie eine neue Berufslaufbahn starten können.

Detailierte Infos und Preis https://www.anklang.it/de/vedi-aerticoli/13-ausbildung/102-blockseminar-klangmassage-anklang.html

Die nächste Wochenendausbildung beginnt im Herbst 2024.

Kurssprache

Deutsch

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
13.07.2024

Ende
28.07.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
3120 Minuten

Beschreibung Zeit
Klangmassage I am 13. und 14. Juli von 9- 17 Uhr (auch einzeln buchbar!).

Klangmassage II und III am 23. Juli von 15-20 Uhr bis 28. Juli jeweils von 9 bis 17 Uhr - (insgesamt 6 Tage).

Klangmassge IV im Herbst 2024

Ort
Bozen
Duca d'Aosta Allee

Zielgruppe
Interessierte

Referent/in
Anna Matteazzi

Gebühr
240 € Modul I sind 240,00€ - inkl. Skript

Anmeldeschluss
28.07.2024

Kursanbieter
Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs
https://www.anklang.it/de/ausbildung.html

Ansprechperson
Anna Matteazzi
Tel. 339 4662753
Email info@anklang.it

Haltungs- und Rückenschule, Koordination und Unfallprävention

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Rückengesundheit

- Unser Rücken: Anatomie, Physiologie
- Einseitige Belastungen und stereotype Bewegungsformen am Arbeitsplatz
- Statistische Erhebungen, wissenschaftliche Studien und Daten
- Optimale Arbeitsbedingungen schaffen - ergonomische Aspekte im Berufsalltag
- Richtig Sitzen
- Richtig Stehen und Gehen
- Richtig Heben und Tragen
- Übungen für zwischendurch, am Arbeitsplatz
- Übungen zur Verbesserung der Stabilität und Beweglichkeit unseres Rückens
- Zusammenhang Haltungs- bzw. Rückenbeschwerden und Stress
- Umgang mit Stress: Entspannungstechniken

Koordination und Unfallprävention

- Koordinative Fähigkeiten - Grundlagen und praktische Beispiele. Gleichgewichts-, Orientierungs-, Differenzierungs-, Kopplungs-, Rhythmisierungs- und Reaktionsfähigkeit
- Koordinative Fähigkeiten und Lebensqualität
- Zusammenhang Koordination - Aufmerksamkeit - Konzentration
- Unser Zentralnervensystem: einfache und komplexe Bewegungsformen und Reflexe
- Beruflicher Alltag und Freizeit: Automatisierte Bewegungsformen, Gefahrenquellen und typische Verhaltensmuster
- Koordinative Übungen und alternative Bewegungsformen im Beruf und im Alltag.

Kurssprache
Deutsch

Beginn	Ende	Kurstage
06.06.2024	06.06.2024	1

Beginnzeit	Endzeit	Dauer
08:30 Uhr	15:30 Uhr	360 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort

Mitterweg 5

Zielgruppe

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Michele Cattani

Gebühr
48 € hds- und EbK-Mitglieder

Anmeldeschluss
05.06.2024

Kursanbieter
HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson
hdsweiterbildung .
Tel. 0471310323
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Pilates - im Freien

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung
Wir verlegen in den Frühlingsmonaten das Pilates ins Freie. Auf der Talferwiese wird das Figur formende Ganzkörpertraining, in dem nicht einzelne Muskeln isoliert angesprochen werden, sondern ganze Muskelketten, ein Erlebnis. Pilates verbindet Kraft mit Beweglichkeit, Muskeln werden gestreckt, die Körpermitte und die ganze Körpersilhouette gestrafft.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
24.04.2024

Ende
31.07.2024

Kurstage
14

Beginnzeit
19:00 Uhr

Endzeit
20:00 Uhr

Dauer
840 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Bozen

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in
Christian Villella

Gebühr
155 €

Anmeldeschluss
24.04.2024

Kursanbieter
KVW Bildung Bozen

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Kostenlose ONLINE Infotreffen zu Klangschalen und Kurse
Diese wirksame Entspannungsmethode löst Stress, Verspannungen und Sie fühlen sich nachher leichter, zentriert und klar.

Themenbereich
Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung
Die Klänge der Klangschalen erlauben wunderbar zu entspannen und Blockaden zu lösen.

An diesen Info-Treffen erhältst du Einzelheiten über die Klangschalen und die Kurse und Klangschalen-Ausbildung, die auch für alle geeignet ist, die neben- oder hauptberuflich Klangschalen professionell einsetzen wollen.

Du kannst die Ausbildung mit dem Grundkurs beginnen und dann schauen ob du weitermachen willst…

Zertifikat: Nach erfolgreichem Abschluss dieser Ausbildung wird ein Zertifikat verliehen.

Die Ausbidlung ist in 4 Wochenenden aufgebaut oder auch in Abendkursen.

Online Termine am

- 7. und 15. Februar und 4. und 14. März, 9. und 22. April, 27. Mai, 11. Juni um 20:00 Uhr in deutscher Sprache und um 21:00 in italienischer Sprache.

BEI DER ANMELDUNG BEKOMMST DU DEN ZUGANGs-LINK.

Persönliche bzw. online Termine gerne auf Anfrage!

Infos zur Ausbildung hier https://www.anklang.it/de/ausbildung.html

Kurssprache
Deutsch, Italienisch

Beginn
07.02.2024

Ende
11.06.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
20:00 Uhr

Endzeit
21:00 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort

Duca d'Aosta

Zielgruppe
Interessierte

Referent/in
Anna Matteazzi

Gebühr

Anmeldeschluss
11.06.2024

Kursanbieter
Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs
https://www.anklang.it/de/ausbildung.html

Ansprechperson
Anna Matteazzi
Tel. 339 4662753
Email info@anklang.it

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Essverhalten entwickeln

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Im Gruppensetting soll eine ganzheitliche Auseinandersetzung zwischen Ernährung, Psyche und Umfeld stattfinden mit dem Ziel ein gesundes und auf die Bedürfnisse des Körpers hin ausgerichtetes Essverhalten zu fördern. Interaktiv und mit wahrnehmungsfördernden Übungen werden achtsames Essen und Genussfähigkeit gestärkt, wodurch Sie für dauerhafte neue Gewohnheiten sensibilisiert werden. Ohne Diät-Vorschriften werden selbstbestimmte und individuelle Lösungen angestrebt.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
04.10.2023

Ende
03.06.2024

Kurstage
244

Beginnzeit
16:00 Uhr

Endzeit
17:30 Uhr

Dauer
1350 Minuten

Beschreibung Zeit
Vorgespräch erforderlich

Ort
Bozen
Claudia-de'-Medici-Str. 1a

Zielgruppe
und es schon öfters mit mehr oder weniger Erfolg probiert haben., Personen, die bei Stress dazu neigen mehr zu essen als sie brauchen , Menschen sein, die abnehmen sollen/wollen , und für die Essen zu einem Konfliktthema geworden ist.

Referent/in
Birgit Gegenfurtner

Gebühr
55 € Pro Treffen (insgesamt 15)

Anmeldeschluss
03.06.2024

Kursanbieter
GestaltAkademie Südtirol

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson
Birgit Gegenfurtner
Tel. 329-4644013
Email info@gestaltakademie-suedtirol.it