



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## 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

### 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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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.

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.

Hauptziele / Indikationen:

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



**Corsi & Percorsi**  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
- Hernien  
- Prävention

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

## 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



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

## Perfect Faszien - Faszientherapie Innovative Methoden und Inhalte für den therapeutischen Praxisalltag

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Innovative Methoden und Inhalte für den therapeutischen Praxisalltag

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Faszien! In diesem Seminar erhalten Sie eine umfassende Einführung in die obere Extremität, HWS, BWS/Thorax und den Schultergürtel sowie die untere Extremität, unterer Rücken bzw. LWS, Becken - zur Narbenbehandlung, Behandlung bei Faszienstörungen und Faszienmanipulation.

Der Kurs vermittelt alle wichtigen Aspekte der Faszientherapie - nicht nur die Theorie hinter den Fasziensfunktionen und -störungen, sondern auch die funktionellen Zusammenhänge der Muskel-Faszien-Ketten.

Sie lernen verschiedene Screening- und Muskeltests kennen, um eindeutige Funktionsnachweise der Faszie zu erbringen. Dabei setzen wir die Screening-Uhr ein, um den Therapieerfolg zu sichern. Zudem lernen Sie, Haltungs- und Bewegungsmuster zu begutachten sowie Anamnesen durchzuführen, Patienten zu inspizieren und zu palpieren.

Ein weiterer Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Faszientherapie selbst. Sie erfahren alles über die Aufgabe der Faszien, deren Einfluss auf Psyche und Faszienanspannung sowie Zusammenhänge von Beweglichkeit und Kraft mit den Fasziens der oberen und unteren Extremitäten und des Halses.



## Corsi & Percorsi

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

Was Sie für Ihren Fachalltag mitnehmen:

- Theoretische Grundlagen für die Behandlung von Faszien durch myofasciale Integration
- praktische Screening- und Muskeltests zur befundgerechten Anwendung an Faszien
- Anwendungsbezogene Fasziengrifftechniken
- praktische Arbeit mit Myofascial Release Techniken, „Unwinding“ – Technik und Manipulationsmöglichkeiten für Faszien

Modul 1: Einführung in die Faszienwelt obere Extremität, HWS, BWS/ Thorax und Schultergürtel

- Theorie der Faszien - Funktion und -Störung
- funktionelle Zusammenhänge der Muskel-Faszien-Ketten
- Screeningtests und Muskeltests zum eindeutigen Funktionsnachweis der Faszie
- Einsatz der Screening-Uhr zum Therapieerfolg- Sicherung
- Begutachtung von Haltungs- und Bewegungsmustern
- Anamnese/ Inspektion/ Palpation / spezifische Untersuchung bei Schmerzpatient:innen
- Faszientherapie: was sind Faszien, Aufgabe der Faszien, Psyche und Faszienspannung, Beweglichkeit und Faszien, Kraft und Faszien
- Muskeltests im Zusammenhang mit den Faszien der oberen Extremität und des Halses
- Faszienstörung und Training
- Faszienmanipulationen
- Faszienstörung durch Narben und OP's
- Faszienstörungen durch Unfälle
- Faszien - evidenzbasierte Behandlungstechniken

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

Modul 2: Untere Extremität, unterer Rücken bzw. LWS, Becken

#### WIEDERHOLUNG

- Theorie Fasciendistorsionsmodell nach S. Typaldos
- funktionelle Zusammenhänge der Muskel-Fascien-Ketten nach Myers zur oberen Extremität, HWS, BWS/ Thorax und Schultergürtel

#### TESTVERFAHREN

- Sceningtests und Muskeltests
- Begutachtung von Haltungs- und Bewegungsmustern
- Anamnese- klinischer Blick für die Körpersprache bei Schmerzpatient:innen
- Haltungs- und Bewegungsmuster

#### PRAXIS

- Palpation der Faszien
- Untersuchung und Behandlung myofaszialer Strukturen
- funktionelle Zusammenhänge der Muskel- Faszien-Ketten

#### BEHANDLUNGSBEISPIELE

- Erkennen von Störungen der myofaszialen Ketten
- Faszientraining und Fascienmanipulationen
- Faszien-Grifftechniken

#### Termine:

Modul 1 09.10. - 10.10.2024

Modul 2 12.06. - 13.06.2024

jeweils von 9:00 - 17:00 Uhr

Sie können die Module auch einzeln buchen.

Das Seminar ist ECM-akkreditiert.

Zum ECM-Folder

Seite: 7/69

Gedruckt am: 01.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

09.10.2024

## Ende

10.10.2024

## Kurstage

2

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

960 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Physiotherapeut:innen, Sporttherapeut:innen und Sportwissenschaftler:innen,

## Referent/in

Stefan Heiner Müller

## Gebühr

349 € Teilnahmebeitrag bei Einzelmodulbuchung 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



## Corsi & Percorsi

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

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.

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

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

## Beginn

15.11.2024

## Ende

15.11.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

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

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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.

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 Klangschalen.

#### Inhalte:

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

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.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## 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

## Gebühr

65 € Teilnahmebeitrag Wiederholerpreis

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Survival Camp

## Themenbereich

Outdoor

## Kursbeschreibung

Erleben Sie die wahre Kraft der Natur und tauchen Sie ein in ein unvergessliches Survival-Abenteuer!



## Corsi & Percorsi

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

Mit diesem Seminar bieten wir Ihnen ein besonderes Survival-Erlebnis, das Ihnen die einmalige Gelegenheit gibt, Ihre Grenzen zu überwinden und aus erster Hand zu erfahren, wie Sie Naturerfahrungen und Naturpädagogik in die Praxis umsetzen können.

Während diesem Kurs werden Sie zwei aufregende Nächte unter freiem Himmel verbringen und grundlegende Überlebensfähigkeiten erlernen und anwenden. Von Feuermachen und Orientierung bis hin zur natürlichen Nahrungsbeschaffung und dem Bau von Unterschlupfen. Sie lernen verschiedene Methoden und Techniken kennen, um Menschen aller Altersgruppen die Schönheit und Bedeutung der Natur näherzubringen.

Darüber hinaus bietet Ihnen diese Selbsterfahrung die Möglichkeit, Ihre eigenen Fähigkeiten zu stärken und neue Kraft aus der unmittelbaren Verbindung mit der Natur zu schöpfen. Das Survival Camp ist eine einzigartige Gelegenheit, sowohl Ihre körperliche Ausdauer als auch Ihren Geist zu stärken und ein tieferes Verständnis für die natürliche Umwelt zu entwickeln.

Bereiten Sie sich darauf vor, Ihre Komfortzone zu verlassen und sich auf eine transformative Reise zu begeben. Entdecken Sie die Kraft einer reinen Naturerfahrung!

Das Survival Camp findet beim Rofis Boden in Stilfes (Freienfeld) statt.

Packliste für das Survival Camp

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

## Kurssprache

Deutsch

**Beginn**

05.07.2024

**Ende**

07.07.2024

**Kurstage**

0

**Beginnzeit**

14:00 Uhr

**Endzeit**

12:00 Uhr

**Dauer**

0 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Hannes Waldner

## Gebühr

270 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR 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

## Selbsthilfeseminar 2: Jin Shin Jyutsu® Strömen - Die Kraft in unseren Händen

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Jin Shin Jyutsu® ist eine Jahrtausende alte Methode zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper, auch bekannt unter dem Begriff des "Strömens". Für das Strömen bedarf es keinerlei Hilfsmittel, außer Ihrer Hände, die Sie achtsam an verschiedene Energiepunkte am Körper legen.

Schwerpunktthema des Seminars sind die Sicherheits-Energieschlösser Nr. 1 bis 26. Die Teilnehmer:innen lernen die Aufgaben dieser Energiezentren im Menschen kennen sowie ihre Lage am Körper zu ertasten. Das erworbene Wissen dient der Prävention und Gesundheitsförderung, ist hilfreich bei Genesungsprozessen, Erschöpfung und Müdigkeit, hoher Reizbarkeit oder schlechter Laune und kann begleitend und unterstützend bei verschiedenen Erkrankungen eingesetzt werden.

Strömen lässt sich sehr gut mit anderen Behandlungsformen kombinieren, z. B. mit einer Massage, im Rahmen einer Entspannungsübung, mit Meditation, mit Klang bzw. Klangmassage und vor allem sehr gut und einfach in den privaten und beruflichen Alltag integrieren.

Das Selbsthilfeseminar ist für alle Interessierte geeignet, auch ohne Vorkenntnisse. Die Kurse 1, 2, 3 werden als Jahreszyklus angeboten. Interessierte können jederzeit bei jeder Einheit beginnen.

Weitere Termine: Selbsthilfeseminar 1 am 22.11. - 23.11.2024 und Selbsthilfeseminar 3 am 11.04. - 12.04.2025

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 31.01.2025	<b>Ende</b> 01.02.2025	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 14:30 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 929 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

### Zielgruppe

Alle Interessierte

### Referent/in

Helene Sanin

### Gebühr

190 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Physiotherapeutisches Screening Fortbildung für Physiotherapeut:innen

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Physiotherapeut:innen werden immer öfter mit Erstkontaktsituationen durch Patient:innen konfrontiert, sei es durch direkte Konsultation oder aber auch durch noch nicht ausreichend untersuchte Patient:innen durch die konventionelle Medizin. Gründe dafür sind Zeitmangel, medizinische Spezialisierung, überwiegende Apparatediagnostik etc. Aber auch eine Progredienz der Erkrankung vom Zeitpunkt der Untersuchung beim Arzt bzw. bei der Ärztin und der Erstuntersuchung durch den Physiotherapeut:en bzw. die Physiotherapeutin ist möglich. Viele Pathologien demonstrieren sich im Frühstadium oft als



## Corsi & Percorsi

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

physiotherapeutisch behandelbare Symptome. Interaktionen zwischen Bewegungsapparat und dem viszeralem System erschweren die Befunderhebung usw.

Die Fortbildung "Physiotherapeutisches Screening" bietet eine strukturierte Vorgehensweise, um in der täglichen Praxis möglichst schnell und präzise "Sicherheit" über die momentane klinische Situation zu erhalten. Der bzw. die Physiotherapeut:in hat die Verantwortung, zeitnah (wenn notwendig) eine ärztliche Kontrolle einzuleiten. Viele Fallspiele aus der täglichen Praxis untermauern die Bedeutsamkeit.

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

### Kursinhalte:

- o Einführung in Red Flags, Yellow Flags und Blue Flags - allgemeine Krankheitszeichen und deren Interpretation
- Evidenz Based-Untersuchung (!?)
- Überblick über relevanter Systemerkrankungen
- o Anamnesestrategien (80% der Diagnostik!!!)
- Clinical Reasoning
- Interview des Patienten bzw. der Patientin / Kommunikation
- gezieltes Fragenscreening der einzelnen Körperregionen
- Gesundheitsrisikofaktoren
- o Praxis Basisuntersuchungstechniken:
- Neurologie (Reflexe /pathologische Reflexe / Sensibilität, Kennmuskeln, Temperaturempfindung etc.)
- Inspektion (Blickdiagnostik / Haut-, Haar- und Nagelzeichen)
- o Hirnnervenuntersuchung / Cranium
- vom N. olfactorius (I.) bis zum N. hypoglossus (XII.)
- Differentialdiagnostik bei Kopfschmerz, Schwindel und Tinnitus
- o Screening bei HWS-Symptomatik (Untersuchung oberer Quadrant)
- Praktische Vorgehensweise / Quicktests
- ausgewählte Fallbeispiele
- o Screening bei BWS- und Thoraxsymptomen
- der besondere Stellenwert der BWS/Rippen mit dem Viszeralssystem
- Praktische Vorgehensweise / Quicktests
- ausgewählte Fallbeispiele
- o Screening bei Symptomen in der LBH-Region (Lenden-Becken/Sakrum-Hüft-Region)
- Praktische Vorgehensweise / Quicktests
- ausgewählte Fallbeispiele
- o Screening bei Symptomatik der Extremitäten
- o Viszerale Differentialdiagnostik / Safety Tests
- Verdauungstrakt
- kardiovaskuläres und pulmonales System



## Corsi & Percorsi

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

- o Pharmakologische Interaktionen / Nebenwirkungen
- o Laborverfahren / Radiologische Diagnostik

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

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

30.01.2025

## Ende

12.04.2025

## Kurstage

6

## Beginnzeit

13:30 Uhr

## Endzeit

16:00 Uhr

## Dauer

2700 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Physiotherapeut:innen

## Referent/in

Matthias Löber

## Gebühr

890 € 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

# 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

Beginn	Ende	Kurstage
29.11.2024	29.11.2024	1
Beginnzeit	Endzeit	Dauer
09:00 Uhr	17:00 Uhr	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

## Selbsthilfeseminar 1: Jin Shin Jyutsu® Strömen - Die Kraft in unseren Händen

Vermittlung der Grundlagen zu Jin Shin Jyutsu® und seiner Anwendungsmöglichkeiten

### 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

Jin Shin Jyutsu® ist eine Jahrtausende alte Methode zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper, auch bekannt unter dem Begriff des "Strömens". Für das Strömen bedarf es keinerlei Hilfsmittel, außer Ihrer Hände, die Sie achtsam an verschiedene Energiepunkte am Körper legen.

Im Selbsthilfeseminar 1 werden die Grundlagen zu Jin Shin Jyutsu® vermittelt und Sie erfahren und üben, wie Sie Ihre Hände bewusst und gezielt bei verschiedenen Befindlichkeitsstörungen und Beschwerden einsetzen können. Sie lernen im Detail den Hauptzentral-Strom, den Magen-Strom, den Milz/Pankreas-Strom und den Blasen-Strom kennen. Die einzelnen Finger werden ausführlich erklärt und die Selbstregulation in Bewegung gebracht.

Strömen lässt sich sehr gut mit anderen Behandlungsformen kombinieren, z. B. mit einer Massage, im Rahmen einer Entspannungsübung, mit Meditation, mit Klang bzw. Klangmassage und vor allem sehr gut und einfach in den privaten und beruflichen Alltag integrieren.

Das Selbsthilfeseminar ist für alle Interessierte geeignet, auch ohne Vorkenntnisse. Die Kurse 1, 2, 3 werden als Jahreszyklus angeboten. Interessierte können jederzeit bei jeder Einheit beginnen.

Weitere Termine: Selbsthilfeseminar 2 am 31.01. - 01.02.2025 und Selbsthilfeseminar 3 am 11.04. - 12.04.2025

## Kurssprache

Deutsch

**Beginn**

22.11.2024

**Ende**

23.11.2024

**Kurstage**

2

**Beginnzeit**

14:30 Uhr

**Endzeit**

14:30 Uhr

**Dauer**

839 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Helene Sanin

## Gebühr

190 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Der emotionale Rucksack: Wie wir mit ungesunden Gefühlen aufräumen

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

In vielen Beziehungen spielen emotionale Altlasten — also nicht gefühlte Gefühle aus der Vergangenheit — eine unheilvolle Rolle. Sie überfluten uns in den ungünstigsten Momenten und lassen jede gute Absicht, ein liebevoller, achtsamer und respektvoller Mitmensch zu sein, verblassen. Wir explodieren oder fühlen uns plötzlich total verstopft, so dass echter Kontakt oder gar ein konstruktiver Umgang mit Konflikten nicht mehr möglich ist. Leider scheitern gängige Strategien im Umgang mit diesen Altlasten mit schöner Regelmäßigkeit. Egal ob wir zu Betäubungsmitteln greifen, das Heil in der Meditation suchen oder uns in Therapie begeben: immer wieder holen uns die Schatten der Vergangenheit ein, wenn irgendeine Kleinigkeit uns auf dem falschen Fuß erwischt. Vivian Dittmar geht es in ihrer Arbeit nicht darum, emotionale Altlasten zu entsorgen. Ihr Fokus liegt vielmehr auf der Befähigung des Einzelnen, bewusste Entladung zu erlernen. Aus Erfahrung weiß sie: wenn es uns gelingt, in unseren Beziehungen Räume für bewusste Entladung zu schaffen, werden diese Beziehungen zu kraftvollen Heil- und Entwicklungsräumen. Der Zündstoff, der in emotionalen Altlasten liegt, verwandelt sich von einer Bedrohung zu einem Katalysator für Entwicklung, Bewusstwerdung, Intimität und Verbundenheit.

Das EEH-Vertiefungsseminar findet im Rahmen der 3. EEH-Fachtagung "Mut zur Nähe ... und dann? Vom Verbinden und Verbundensein" statt.

Zur 3. EEH-Fachtagung

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 16.11.2024	<b>Ende</b> 16.11.2024	<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

Vivian Dittmar

### Gebühr

195 € Teilnahmebeitrag inkl. Mittagessen und Kaffeepausen zzgl. 2,00 EUR 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



## 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

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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## 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.

### Kursprache

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

-

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Faszien-Flossing Gezielte Kompressionen

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Mit Faszien Flossing lassen sich gezielt Kompressionen durchführen. Dazu wird ein starkes, elastisches Band um die betreffende Region gewickelt. Damit wird Druck in der Gelenkkapsel im eingewickelten Gelenk gesteigert. Im Ergebnis kann dies zur Absonderung der Schleimhaut von Flüssigkeiten führen.

Der aufgebaute Druck lässt zusätzlich einen Blutstau entstehen. Wird das Band gelöst, strömt Blut wieder in die unterversorgten Regionen. Im Ergebnis kann die Faszien Flossing-Methode zu verbesserten Blutversorgung und zur Anregung des Stoffwechsels führen.

Grundlagen des Faszien Flossing

- Die Geschichte der Kompressionstherapien
- Das Flossing Band und dessen Anwendung
- Funktionen und Effekte des fascien Flossing
- Anlegen und Entfernen der Bänder
- Die Vorteile der Therapie

Richtig befunden

- die Behandlungsuhr der pta Akademie
- Screening,- und Muskeltests u.a. Patrick Test, SLR Test, Wright Test, Muskeltests m. Deltoideus, m. rectus femoris, m. gastrocnemius
- Indikationen/Kontraindikationen

Techniken der Flossing Anlage

Anlegen und Üben mit dem Flossingbändern an:

- Schulter



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

- Arm
- Ellenbogen
- Handgelenk
- Oberschenkel
- Unterschenkel
- Knie
- Sprunggelenk usw

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Indikationen zum Beispiel

- Tennisellenbogen, Impingement Syndrom, Distorsionen Sprunggelenk
- Postoperative Therapien zum Beispiel am Kniegelenk
- Muskelzerrungen
- Anwendungen in der Schmerztherapie
- Tendinitis

Behandlungen des geschlossenen Muskelsystems

- aktive Behandlungen
- passive Behandlungen

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

Zum ECM-Folder

**Kurssprache**

Deutsch

**Beginn**

02.12.2024

**Ende**

02.12.2024

**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

Physio- und Ergotherapeut:innen, medizinische und Heilmasseur:innen, Fachpe

## Referent/in

Stefan Heiner Müller

## Gebühr

159 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Entspannungspädagogik für Kinder

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Entspannung ist eine wichtige Voraussetzung für eine positive Entwicklung im Kindesalter und von hoher gesundheitlicher Bedeutung. Sich zu entspannen ist eine natürliche Fähigkeit, die jedes Kind besitzt und die eine wichtige Ressource für das Wohlbefinden darstellt. Zu viel Stress, Reizüberflutung, Druck oder Sorgen können diese natürliche Fähigkeit stören.

Entspannungspädagogik für Kinder beschäftigt sich mit der Vermittlung von Entspannung an Kinder. Das kann u.a. in der Schule geschehen, im Kindergarten, in der Kita, in Sport- oder Freizeitvereinen, in therapeutischen Einrichtungen oder in der Familie.

Mit entsprechenden Entspannungsübungen können bereits bei Heranwachsenden vielfältige Ressourcen aufgebaut werden. Umfassend erlernt und richtig angewendet, können Kinder bei Bedarf ihr Leben lang auf diesen wertvollen Schatz zurückgreifen und damit eine weitreichende Unterstützung und Ausgleich für ihren Alltag erfahren. Im Seminar lernen die Teilnehmenden, wie sie Kinder mit verschiedenen Entspannungsweisen vertraut machen.

In der Fortbildung liegt der Schwerpunkt auf dem eigenen Erleben der Entspannungsverfahren und auf ihre Umsetzung für Kinder.

Folgende Entspannungsweisen werden behandelt:

- Spiele und Übungen zur Einführung der Entspannung
- Stille Momente
- Fantasiereisen (Traumreisen)



## Corsi & Percorsi

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

- Autogenes Training (AT), mit Grundübungen, Organübungen und Vorsatzbildung
- Entspannungsgeschichten
- Entspannung in Bewegung (auch Übungen aus dem Kinder-Yoga)
- Progressive Muskelrelaxation (PMR)
- Atembezogene Entspannung
- Meditativer Tanz
- Kinder-Massage
- (Natur-) Mandalas
- Entspannung und Klang

Jede Entspannungsmethode wird praktisch vorgestellt, geübt und in der Gruppe besprochen. Außerdem wird auf Besonderheiten bei Kindern eingegangen. Es gibt auch Einheiten zum eigenen Üben der Anleitung in der Gruppe.

Weiters werden die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten der Entspannung für Kinder, die Arbeit in verschiedenen Institutionen, Organisatorisches wie z.B. die Ausarbeitung von Entspannungsstunden und -seminaren u.ä. besprochen.

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

25.07.2024

### Ende

26.07.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:30 Uhr

### Dauer

1019 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Der Lehrgang richtet sich als Fortbildung und Spezialisierung an Menschen,

## Referent/in

Volker Friebe

Sabine Friedrich

## Gebühr

290 € Teilnahmebeitrag inkl. Begleitmaterial zgg. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

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

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Akupunkt Meridian Massage & Traditionelle Chinesische Medizin Lehrgang

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Die Akupunkt Meridian Massage (AMM) ist eine einzigartige Kombination aus westlichen und fernöstlichen Denken. Sie vereint das rund 5.000 Jahre alte Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) mit dem der westlichen Medizin (Schulmedizin).

Schwerpunkt der Akupunkt Meridian Massage (AMM) ist die Verknüpfung der Meridian-Massage, Akupunktur ohne Nadeln, energetischer Wirbelsäulentherapie, Traditioneller Chinesische Medizin (TCM), chinesischer Diagnostik und Diätetik, der Auriculotherapie (Ohr-Behandlung / Ohr-Akupunktur) und verschiedenen Formen der Fremdenergie wie z.B. Moxa, unblutigem Schröpfen und Schaben.

Die Akupunkt Meridian Massage (AMM) unterscheidet sich von anderen energetischen Massagetherapien insofern, dass sich AMM-Therapeut:innen nicht nur mit dem Meridian- und Akupunktursystem, sondern auch mit dem Organsystem auskennen und dieses Wissen in ihrer energetischen Therapie integrieren können. Es ist das Ziel, das Qi (Energie) der Patient:innen in allen drei Systemen in Fluss zu bringen.

Die Akupunkt Meridian Massage (AMM) ist eine sehr umfangreiche, ganzheitliche Therapieform, die voraussetzt, dass der/die Therapeut:in das Energiesystem des Körpers als das übergeordnete Regulationssystem ansieht und dieses nutzt, um den Menschen wieder in sein energetisches Gleichgewicht zu bringen.

Die AMM & TCM-Fortbildungsreihe unterteilt sich in vier aufeinander aufbauende Grundkurse zur Ausbildung in Akupunkt Meridian Massage (AMM) und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM). Diese lassen sich durch vier fortführende Kurse erweitern. Das Erlernete ist nach jedem Kurs sofort in der Praxis einsetzbar.

AMM & TCM Kurs 1 „Die Meridiane“

20.03. - 23.03.2024

1. Tag 9.00 bis 19:00 Uhr, 2.-3. Tag 8:30 - 18:00 Uhr, 4. Tag von 9.00 bis 15.00 Uhr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Damit die Energie des Menschen ungehindert fließen kann, müssen die Kanäle, die Meridiane, frei und durchgängig sein. Die Aufgabe des/der AMM & TCM-Therapeut:in ist es, die Energie gleichmäßig zu verteilen, den Energiefluss anzuregen und in Schwung zu halten.

Im ersten Kurs erlernen Sie die Grundlagen der AMM & TCM sowie den Verlauf der Meridiane im Yin und im Yang. Umfangreiche praktische Übungen im Befunden und Behandeln vermitteln einen tieferen Einblick in die Denkweise der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

#### AMM & TCM Kurs 2 „Die Punkte“

10.06. - 13.06.2024

1. Tag 9:00 bis 19:00 Uhr, 2.-3. Tag 8:30 - 18:00 Uhr, 4. Tag von 9:00 bis 15:00 Uhr

Im zweiten Kurs erlernen Sie die Verlagerung des Qi in den Umläufen. Hier liegt die Betonung auf dem „Fließen lassen“ des Qi. Weitere Akupunktur-Regeln und Gesetze sowie der Umgang mit Akupunkturpunkten stehen auf dem Programm.

#### AMM & TCM Kurs 3 „Fünf-Elemente-Lehre - Dreifacher Erwärmer - Wirbelsäule“

11.09. - 14.09.2024

1. Tag 9:00 bis 19:00 Uhr, 2.-3. Tag 8:30 - 18:00 Uhr, 4. Tag von 9:00 bis 15:00 Uhr

Dieser Kurs ergänzt den orthopädischen Teil durch den internistischen Aspekt der Organe. Sie erlernen die energetischen Aufgaben der Organe, ihre Stärken und Schwächen sowie die direkte Beeinflussung durch die AMM und TCM.

#### AMM & TCM Kurs 4 „Kombination AMM und TCM“

22.01. - 25.01.2024

1. Tag 9:00 bis 19:00 Uhr, 2.-3. Tag 8:30 - 18:00 Uhr, 4. Tag von 9:00 bis 15:00 Uhr

Dieser Kurs vertieft und ergänzt das Wissen über die Fünf-Elemente-Lehre und den Dreifachen Erwärmer durch die Sechs Schichten und die Acht Konstitutionen. Sie lernen zudem neue Behandlungskombinationen kennen.

Voraussetzungen für die Teilnahme:



## Corsi & Percorsi

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

Der Lehrgang richtet sich an Menschen, die in medizinisch-therapeutischen Berufen, in der Pflege und Geburtshilfe bzw. im Gesundheitsbereich tätig sind. Auch interessierte Laien können an den Seminaren teilnehmen (Anwendung im privaten Rahmen und im beratenden Kontext). Gesetzliche Vorgaben sind je nach Land zu berücksichtigen.

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

Die Kurse sind aufeinander aufbauend und können nur nacheinander besucht werden.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

20.03.2024

## Ende

25.01.2025

## Kurstage

16

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

15:00 Uhr

## Dauer

7558 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Michael Uhrhan

## Gebühr

690 € Teilnahmebeitrag pro Seminar bei Einzelbuchung 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!

### Kursprache

Deutsch

### Beginn

03.08.2024

### Ende

03.08.2024

### 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

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Lehrgang: inBalance Qi Gong-Übungsleiter:in

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Qi heißt Lebensenergie, Lebenskraft, Vitalkraft. Gong heißt Übung oder Arbeit. Die aus China stammenden, jahrtausendealten Bewegungsübungen sind gekennzeichnet durch:

Merkmale von Qi Gong:

- entspannte Körperhaltung
- bewusste Atmung
- Achtsamkeit und Langsamkeit
- bewusstes Lenken der Lebenskraft durch Gedankenkraft

Dadurch können körperliche Spannungen sanft gelöst und Fehlhaltungen korrigiert werden. Die bewusste Atmung und die Achtsamkeit lassen Gedanken zur Ruhe kommen, helfen dabei abzuschalten und somit ganz in den jeweiligen Augenblick zu kommen. Ein angenehmer Zustand kann sich einstellen, denn die Lebenskraft zu spüren bedeutet Lebendigkeit, Wärme und Wohlgefühl.

"inBalance Qi Gong" ist individuell - so wie jeder Mensch ein einzigartiges Energie- und Bewegungsmuster hat. Im "inBalance Qi Gong" Lehrgang wird der Individualität Raum gegeben und nicht eine "starre Technik" vermittelt.

Die Ausbildung bietet den Teilnehmer:innen die Möglichkeit auf umfassende, tiefgreifende und praktische Art und Weise Qi Gong zu erleben und das Erlernte und Erfahrene an andere weiterzugeben.

Durch praktisches Üben der erlernten Methoden und Techniken "learning by doing" wird einerseits das Erlernte an sich selbst erfahren und andererseits wird eine Praxissicherheit erreicht und eine Verinnerlichung erleichtert.

Trotz seiner Sanftheit ist Qi Gong ein Ganzkörpertraining zur Muskelkräftigung, Stabilisierung und Mobilisierung und kann ideal mit anderen Bewegungsprogrammen kombiniert werden z.B. als



## Corsi & Percorsi

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

- Aufwärm- und Dehnprogramm
- Funktionelles Ganzkörpertraining
- Koordinationstraining
- Entspannungseinheit
- Mentaltraining

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

Qi Gong lässt sich vielfältig mit diversen Sportarten kombinieren, kann in bestehende Bewegungs- und Entspannungsgruppen integriert werden, verhilft im pädagogischen Rahmen z.B. in Schulen und Kindergärten zu gesteigerter Konzentration und Lernfähigkeit. Weitere Anwendungsbereiche bei denen Qi Gong integriert werden kann.

Zwischen den Modulen findet jeweils ein Online-Modul à 2 Stunden zur Vertiefung und gemeinsamen Übungspraxis statt. Die Termine dafür werden beim 1. Treffen festgelegt.

Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang ist der Abschluss der 4-tägigen Basismodule bzw. entsprechende Qi Gong-Vorkenntnisse.

Termine Basismodule:

17.11. - 18.11.2023 & 09.02. - 10.02.2024

oder

19.01. - 20.01. & 09.02. - 10.02.2024

Weitere Infos [HIER](#)

Detailprogramm zum Lehrgang

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

22.03.2024

## Ende

27.07.2024

## Kurstage

7

## Beginnzeit

14:00 Uhr

## Endzeit

18:00 Uhr

## Dauer

3766 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  
Monika Brandauer

Gebühr  
1490 € Teilnahmebeitrag für den gesamten Lehrgang inklusive der 2 Basismodule zzgl. 2,00 EUR 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**  
22.06.2024

**Ende**  
22.06.2024

**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

# 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



## Corsi & Percorsi

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

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.

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

## Kurssprache

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 Interes

## Referent/in

Eduard Mutschlechner

## Gebühr

135 € 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

# Zertifizierte Beckenboden-Kursleitung BeBo® - Modul 2: Der weibliche Beckenboden

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Voraussetzung: Beckenbodentraining BeBo® Grundlagen – Modul 1

Dieses Modul ist Teil der "BeBo® – Beckenboden Kursleiter:in"- Gesamtausbildung.

## Inhalte

- Vertiefung Anatomie des weiblichen Beckenbodens
- Neurologie und Physiologie von Blase und Miktion
- Vertiefung Inkontinenzformen bei der Frau
- Vertiefung Senkungsformen
- Einfache Grundlagen zum Beckenbodentraining in der Schwangerschaft, im Wochenbett und in der Rückbildung
- Hämorrhoiden
- Vertiefung der eigenen Wahrnehmung des Beckenbodens
- Erlernen neuer Übungen zur Wahrnehmung, Mobilisierung, Kräftigung, Alltagsintegration und Entspannung
- Methodik und Didaktik für das Beckenbodentraining – Fortsetzung
- Feinplanung eines Beckenboden-Kurses (Planung einer einzelnen Lektion)

## Ziele

Die Teilnehmer:innen können nach Modul 2

- Beckenboden-Kurse für Frauen leiten.
- erfahren die Wirkung der Grundübungen an sich selber und kennen die Möglichkeit, den Beckenboden im Alltag zu schützen und schonend einzusetzen.
- sind in der Lage, die drei Schichten des weiblichen Beckenbodens aufzuzeichnen und deren Funktionen zu erklären.
- nennen Ursachen, Symptome und Massnahmen einer Belastungsinkontinenz sowie einer überaktiven Blase mit und ohne Dranginkontinenz.
- kennen die 3 Stadien einer Senkung, erklären mögliche Ursachen und können anzuwendende Übungen begründen und anleiten.



## Corsi & Percorsi

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

- kennen Grundlagen zum Beckenbodentraining in der Schwangerschaft, im Wochenbett und in der Rückbildung.
- sind in der Lage, die Grundübungen selbständig auszuführen und im Kurs anzuleiten.
- können einen Beckenboden-Kurs planen.

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

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

31.01.2025

### Ende

01.02.2025

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

960 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Medizinische Ausbildung (Hebammen, Physiotherapeut:innen, Pflegepersonal un

## Referent/in

Christine Kaffer

## Gebühr

410 € Teilnahmebeitrag inkl. Skript 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

# 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

## Zertifizierte Beckenboden-Kursleiter:in

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Beckenbodengymnastik ist eine wirksame Genesungs- und Präventivmaßnahme. Im Beckenbodentraining nach dem BeBo® Konzept richtet sich der Fokus auf ein ganzheitliches Training für einen gesunden Beckenboden, Kontinenz, einen starken Rücken und eine erfüllte Sexualität.



## Corsi & Percorsi

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

Die Ausbildung zum/r Beckenboden Kursleitung besteht aus 3 bzw. 4 Modulen à je 2 Tagen. Die Module bauen aufeinander auf und sind einzeln buchbar.

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

Modul 1: Grundlagen des Beckenbodentrainings

Modul 2: Der weibliche Beckenboden

Modul 2: Der männliche Beckenboden

Modul 3: Praxistag und Prüfung

Das BeBo® Konzept ist klar und verständlich strukturiert, deshalb einfach zu erlernen und nachvollziehbar in der Anwendung und beim Unterrichten. Unterstützt mit verschiedenen Lernmethoden gelingt der Weg vom theoretischen Wissen zur praktischen Anwendung. Die Ausbildung zum/zur zertifizierten Beckenboden-Kursleiter:in nach dem BeBo® Konzept richtet sich an Personen aus den Fachgebieten Geburtshilfe, Therapie, Training und Gesundheit.

### Ausbildungsziel

Ziel ist es mit der Ausbildung einen maßgeblichen Beitrag in der Prävention zum Thema Beckenboden und Inkontinenz zu leisten. Jede Frau, jeder Mann ist mit ihrem/seinem Beckenboden vertraut. Betroffene erreichen eine bestmögliche Lebensqualität. Um dies zu erreichen leiten erfahrene, motivierte, fachlich sowie auch sozial kompetente Kursleiter:innen die Kurse. Ein kompetent und professionell instruiertes Beckenbodentraining kann eine Beckenbodenschwäche und deren Folgeprobleme verhindern. Das Thema Inkontinenz ist an ‚intimer Stelle‘. Der Unterricht muss entsprechend einfühlsam und verständnisvoll gestaltet sein.

Beckenbodentraining ist kein Leistungssport. Die Freude an der Arbeit mit Menschen steht im Vordergrund. Der/Die Kursleiter:in wird befähigt, ihre Kenntnisse, Fähigkeiten und Mittel zur Wissensvermittlung sinnvoll einzusetzen. Im Beckenbodentraining ist ein medizinisches Fachwissen erforderlich - sie/er ist sich dieser Verantwortung bewusst.

### Zielgruppe

Medizinische Ausbildung (Hebammen, Physiotherapeut:innen, Pflegepersonal und andere Gesundheits- und Sanitätsberufe), Sexualtherapeut:innen und Sexualpädagog:innen, Bewegungsfachleute aus Sport, Gymnastik und Fitness.

### Abschluss

Mit dem Abschluss der Ausbildung erlangen Sie das Zertifikat Beckenboden-Kursleiter:in und sind befähigt Beckenbodenkurse nach dem BeBo® Konzept durchzuführen.

### Detailprogramm zum Lehrgang

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
06.11.2024

**Ende**  
15.05.2025

**Kurstage**  
5

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
17:00 Uhr

**Dauer**  
2880 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**  
Vahrn  
Stiftstraße 1

**Zielgruppe**  
Alle Interessierte

**Referent/in**  
Christine Kaffer

**Gebühr**  
1230 € Teilnahmebeitrag für den Lehrgang mit 3 Modulen (Einzelprüfung) zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

**Anmeldeschluss**

-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Kloster Neustift

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email

## Kinesiologisches Tapen - Aufbau- und Zertifikationskurs

### Aufbau- und Zertifikationskurs

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

**Kursbeschreibung**  
Neben den indikationsbezogenen Kombinationsregeln der vier Grundlagentechniken und Wirkungsweisen erwarten Sie im Zertifikationskurs neue Anwendungsbereiche des kinesiologischen Tapens.

**Inhalte:**



## Corsi & Percorsi

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

> Wiederholung der wichtigsten Inhalte

> Screening Linder 1 - Test und Tapeanlagen

> Screening Linder 2 - Test und Tapeanlagen

> Screening Arteria Temporalis Test und Tapeanlagen

> Screening Wright Test und Tapeanlagen für Musculus supraspinatus, infraspinatus, pectoralis minor, serratus anterior und teres minor

> Screening Cervical Extension Test und Tapeanlagen

> Screening Abdominal Pressure Test und Tapeanlagen

> Screening Patrick Test und Tapeanlagen

> Screening SLR Test und Tapeanlagen

> Korrekturtechniken

> Erlernen der Ligamenttechnik

> Erlernen der Lymphanlage

> Behandlungsbeispiele

> Nervenanlagen

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

07.10.2024

## Ende

08.10.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

0 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Absolvent:innen des Basiskurses

## Referent/in

Stefan Heiner Müller

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

## Gebühr

290 € Teilnahmebeitrag inkl. Tapeanlagen zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## 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

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.reteCivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort  
Vahrn  
Stiftstraße 1

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

## 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.

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



## Corsi & Percorsi

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

- 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

## Anmeldeschluss

-

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

Kursanbieter  
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Integratives Atmen - Ruhe und Kraft

Den Atem als Möglichkeit einer ressourcenorientierten Selbsterfahrung erleben.

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Der Atem entspringt der Tiefe unseres Selbst. Permanenter äußerer und innerer Stress, unbewältigte Ängste, seelische Verletzungen aber auch äußere und innere Konflikte können Auslöser von Atemblockaden bis hin zu Atemnot sein und einem "den Atem verschlagen". Dies kann sich in Form von Verspannungen im Körper über Jahre manifestieren.

Im Workshop "Integratives Atmen" erleben die Teilnehmer den Atem als Möglichkeit einer ressourcenorientierten Selbsterfahrung. Ziel ist es über die Atemtechnik "Integratives Atmen" einen freien, kraftvollen und flexiblen Atem zu erleben und zu erfahren. Dieser kann u.a. helfen tief zu entspannen, die Gedanken zu beruhigen, körperliche und seelische Blockaden aufzuspüren und sie zu lösen, das eigene Selbstbewusstsein und die innere Kraft zu stärken sowie körperlich beweglicher zu werden und sich selbst klarer wahrzunehmen.

Für das bewusste, verbundene Atmen oder "kreisförmige Atmen" sind drei Techniken entscheidend:

1. Das rhythmische Atmen: Wie die Bewegung von Wellen soll auch das Atmen aktiv und regelmäßig wie möglich geschehen.
2. Das verbundene Atmen: Das Ein- und Ausatmen soll möglichst ohne jede Unterbrechung ablaufen.
3. Das entspannte Ausatmen: Die Luft soll aus dem Körper ohne jede Anstrengung herausströmen, allein durch das Gewicht des zurücksinkenden Brustkorbs.

Positive Wirkungen können sein:

- Erleben und Erlernen eines freien, kraftvollen und flexiblen Atems
- Tiefenentspannung
- Lösung von körperlichen und seelischen Blockaden
- Entdeckung der eigenen Kräfte und inneren Glücksquellen
- Erleben von Selbst und Welt
- Integration von Unbewältigtem



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Die Themen und Inhalte des Seminars werden maßgeblich von den Teilnehmenden mitbestimmt.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

08.11.2024

## Ende

09.11.2024

## Kurstage

2

## Beginnzeit

14:00 Uhr

## Endzeit

18:00 Uhr

## Dauer

900 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Martin Gartner

## Gebühr

220 € 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

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

Alle Pflege- und Kosmetikprodukte sind im Seminarpreis enthalten.

### Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**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

# 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 Aromäölen im jeweiligen Schwangerschaftstrimester.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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.

## Referent/in

Corinne Mayr

## Gebühr

270 € 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

# 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 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.



## Corsi & Percorsi

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

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

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

### Umfang

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

Modul 1: Grundlagen der viszeralen Physiotherapie

Termin: 24.10. - 26.10.2024

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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## 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

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Fatigue in der logopädischen Therapie

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

In diesem Seminar fokussieren wir das Thema „Fatigue“. Ein erheblicher Teil der Verläufe von PCC (Post Covid Conditions) erfüllt die Diagnosekriterien für die Myalgische Enzephalomyelitis (ME)/ das Chronische Fatigue Syndrom (CFS). Erst mit PCC geriet diese neuroimmunologische Erkrankung in den Fokus. ME/CFS ist zumeist infektinduziert (z.B. auch das Epstein Barr Virus gilt als möglicher Auslöser) mit mindestens 6 Monate anhaltender Fatigue und dem Kernmerkmal der Belastungsintoleranz (PEM, post-exertional malaise). Die Verschlechterung der Beschwerden kann schon nach einer nur leichten Alltagsanstrengung ausgelöst werden. Zu den Beschwerden zählen u.a. Schmerzen, Störungen von Schlaf-, Denk- und Merkfähigkeit. Zum jetzigen Zeitpunkt gibt es noch keine kausale Behandlung von ME/CFS: Im Vordergrund stehen die Behandlung der Symptome sowie ein angepasstes Energiemanagement, das sogenannte „Pacing“. Betroffene erlernen einen ressourcenorientierten Umgang mit der mentalen und physischen Belastbarkeit im Alltag, der notwendig ist, um nicht durch eine Überforderung (mental wie physisch) in eine weitere Phase der Verschlechterung zu geraten. Für uns als Therapeut\*innen ist das Wissen für eine angemessene Beratung und für eine ressourcenorientierte Therapiegestaltung notwendig. Das Thema der Fatigue ist kein neues Thema für uns – wir knüpfen an das Wissen aus der Behandlung von Menschen mit MS, NME, Onkologie oder dem palliativen Kontext an, grenzen dies aber auch ab, denn hier handelt es sich um eine chronische Fatigue. Die Unterschiede und die Relevanz für die logopädische Therapieplanung werden in diesem Seminar herausgearbeitet und vertieft. Praktische Übungen wechseln sich mit theoretischen Inhalten ab.

## Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 09.10.2024	<b>Ende</b> 09.10.2024	<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

Logopäd:innen

### Referent/in

Cordula Winterholler

### Gebühr

175 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Wundertüte für die psychotherapeutische und beratende Gruppenarbeit

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

In vielen therapeutischen und beratenden Gruppensettings werden leicht umsetzbare und nachhaltige Techniken und Methoden gebraucht, die „Aha oder Oha“- Momente schaffen, die die Aufmerksamkeit schulen, die Achtsamkeit erhöhen und Freude machen an „spielerischen“ Übungen. In diesem Seminar lernen Sie vielfältige, ressourcenorientierte, imaginative sowie



## Corsi & Percorsi

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

creative Interventionen kennen, die gruppenpraxisorientiert angewandt werden können. Unterschiedliche Übungen aus der Achtsamkeitsschule, ImpactTechniken, Illusionen und Hypnotherapie werden vorgestellt, die im Gruppenkontext als Tools eingesetzt werden können und Einfluss haben auf die Gruppenkohärenz, Wahrnehmung und Dynamik in der Gruppe. Damit schaffen Sie eine gute Arbeitsatmosphäre, erleichtern Ihre Gruppenführung und können gegebenenfalls festgefahrene Situationen auflockern.

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

Im Fokus der Bewegungseinheiten steht unter anderem die Beweglichkeit der Wirbelsäule als zentrale Funktion für physische und mentale Lebendigkeit und Aufrichtung. Viele psychische Erkrankungen münden in Verspannungen und Blockaden in der Körpermitte und in den Gelenken. Mit ruhigen konzentrierten Bewegungen und Achtsamkeitsübungen werden körperliche und mentale Beweglichkeit gefördert, der Atem reguliert und das Herz-Kreislaufsystem sowie das Immunsystem stimuliert und gestärkt. Die Körperarbeit bildet somit eine wertvolle Basis, um den Teilnehmenden der Gruppe die Praxis des achtsamen Spürens und der Körperwahrnehmung wieder näher zu bringen.

Das Seminar schafft die Synergie zwischen Psyche und Soma. Es wird ein Anleitungsskript zu den Übungen ausgeteilt, welches Ihnen helfen wird, alle Übungen gut in Ihrem Gruppensetting anzuwenden.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

30.09.2024

## Ende

01.10.2024

## Kurstage

2

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

0 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Psychotherapeutische, psychologische, medizinische Berufe, Menschen, die in

## Referent/in

Björn Kenneweg

Andrea Becker

## Gebühr

599 € Teilnahmebeitrag inkl. 3 Übernachtungen im EZ mit Halbpension und Rahmenprogramm mit Stiftsführung zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr und Ortstaxe (Aufpreis DZ 20,00 EUR pro Nacht)

## Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

## 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

**PTA Master Class - Grundlagen der befundgerechten Therapie**  
4 Tage - 4 Themen

**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

4 Tage - 4 Themen, das ist die "PTA Master Class". In diesem Seminar werden Sie zum/r Meister:in des kinesiologischen Tapens und der befundgerechten Behandlung. Sie lernen die neuesten Erkenntnisse und Highlights von CMD (Cranio-mandibuläre Dysfunktion), Organtaping, der AK (Angewandte Kinesiologie), der Psyche und die Vielfalt der Therapien kennen.

Neben der Vertiefung und Optimierung der Befundungstechniken (Screening- und Muskeltests nach der Behandlungsuhr), lernen Sie die Vielfältigkeit des kinesiologischen Organtapens kennen. Auf das Zusammenspiel von Muskelketten, die Störfeldsuche bei Zähnen und Kopf sowie eine Vielzahl spezifischer Anlagen wird detailliert eingegangen. Am 3. Tag der Masterclass starten wir mit der angewandten Kinesiologie, mit deren Hilfe wir hinter die reinen Krankheitssymptome sehen wollen. Am Tag vier zeigen wir eine Vielzahl Behandlungsmethoden von körperlichen Beschwerden mit psychoemotionalen Zusammenhang.

## Überblick

Neben der Vertiefung und Optimierung der Befundungstechniken (Screening- und Muskeltests nach der Behandlungsuhr), lernen Sie die Vielfältigkeit des kinesiologischen Tapens und weitere Muskelanlagen kennen, aber vor allem das Taping von Organen, das Zusammenspiel von Muskelketten, die Störfeldsuche bei Zähnen und Kopf sowie eine Vielzahl spezifischer Anlagen, welche Ihren Patient:innen bei speziellen Problemen, wie beispielsweise Hämorrhoiden, Schleudertrauma oder Tinnitus helfen.

Kinesiologisches Taping ist minimal invasiv und mobilisiert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Ein Organismus, der sich selbst heilt, stellt automatisch sein natürliches Gleichgewicht wieder her und dies sollte stets das Ziel einer jeden Behandlung sein.

## Seminarinhalte

### Anteil CMD

Wir gehen auf die Besonderheiten bei der Behandlung des Kiefergelenkes ein.

- Störfeldsuche Zähne und Kopf
- Muskeltests am Kiefer
- Muskelanlagen am Kiefer für eine Vielzahl an Muskeln
- Meniskusprobleme
- Subluxationen
- cranio mandibuläre Dysfunktionen
- Kiefergelenkproblematiken
- orthopädische Tests
- Artikulationstapes
- Fascientapes



## Corsi & Percorsi

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

- Muskeltapes
- Behandlungen der Kaumuskulatur
- Behandlungen der Mimikmuskulatur
- Schmerztapes
- Korrekturen bei Lähmungen

## Anteil Organtaping

Ihr lernt neue Indikationen und neue Kombinationstechniken für organbezogene Anlagen:

- Reflux Magentapes
- Hämorrhoiden
- Meridiantapes
- Tapes von Akupunkturpunkten
- Tapes von neurolymphatischen Punkten
- Magentapes
- Milz/ Pankreas Tapes
- Dünndarmtapes
- Dickdarmtapes
- Nierentapes
- IVC Klappe
- Thymustapes
- Urogenitaltapes

## Anteil Applied Kinesiology

Nach einer Einführung in die AK starten wir mit folgenden Themen:

- die 5 Faktoren des intervert. Foramens
- Prinzip der Muskeltests nach Goodheart
- wichtige Untersuchungsprinzipien
- neurolymphatische Reflexpunkte
- neurovasculäre Refelexpunkte

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



## Corsi & Percorsi

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

- AK Diagnostik und Therapie an der Wirbelsäule und Becken
- Beckenfehler CAT 1 und CAT 2
- Beckenschiefstände
- Muskeltechniken: Ursprung- Ansatztechnik, Spindeltechnik, Golgi-Sehnentechnik uvm

### Psychoemotionaler Anteil

In diesem Anteil geht es um die Identifikation und die Behandlung körperlicher Beschwerden mit psychoemotionalen Zusammenhängen:

- Wer sind wir zwischen Energie- Atom- Molekül- Zelle- Körper?
- in welchem Mindset befinden wir uns?
- die Macht der Glaubenssätze
- die magischen Drei
- der Wert meines Problems
- die Ebene meines Problems uvm

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

30.09.2024

### Ende

03.10.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

960 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

medizinisch-therapeutische Berufe

## Referent/in

Stefan Heiner Müller

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

## Gebühr

799 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# 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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**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**  
Tatyana Jerkova

Georgi Jerkov

**Gebühr**  
439 € Teilnahmebeitrag inkl. umfangreicher Seminarunterlagen zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

**Anmeldeschluss**

-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Kloster Neustift

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email

## Faszien- und Sportmassage Teil 2 Aufbauseminar

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Im Aufbau-seminar 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

Zum ECM-Folder

## 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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

260 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# inBalance Qi Gong - Basisseminare 1+2

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Qi Gong ist eine jahrtausendealte Bewegungsform aus China und als solche ein Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Bei diesem ganzheitlichen Training für Körper, Seele und Geist werden alle Bewegungen achtsam und langsam ausgeführt, die Körperhaltung ist entspannt und die Atmung wird bewusst eingesetzt. Qi Gong ist Meditation in Bewegung, hat wenig mit Zweckerfüllung oder Leistungsdenken zu tun. In der schnelllebigen Zeit helfen die Übungen aus dem Qi Gong, mehr zu sich zu kommen, sich zu spüren, die Sinne nach innen zu lenken. Qi Gong fördert neben der inneren Ausgeglichenheit auch die Mobilität des Rückens und der Gelenke, schult Balance und Koordination und wirkt ausgleichend auf die inneren Organe.

Im Basisseminar werden die Prinzipien des Qi Gong in Theorie und Praxis sowie Grundkenntnisse der TCM und Körperenergetik vermittelt. Der Schwerpunkt des praxisorientierten Basisseminars liegt auf dem Üben und Praktizieren verschiedener Bewegungsfolgen. Außerdem fließen Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen mit ein.

Es wird auch Hilfestellung zur Integration in den jeweiligen beruflichen Tätigkeits- und Anwendungsbereich geboten, ob im therapeutischen, pädagogischen, sozialen oder sozialpädagogischen Kontext, in den Bereichen Entspannung und Wellness, Training und Rehabilitation o.ä

Die erworbenen Kompetenzen können im Basisseminar 2 vertieft und erweitert werden.

Die Basisseminare bilden die Grundlage für den Einstieg in den Lehrgang „inBalance Qi Gong Übungsleiter:in“.

Unterstützend gibt es ein Qi Gong Lernportal mit Videokursen zum Weiterüben für zu Hause.



## Corsi & Percorsi

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

Die Qi Gong/Taiji Basisseminare sind gleichzeitig auch der erste Teil des Kurzlehrgangs "inbalance Qi Gong Übungsleiter:in".

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

### Termine:

Basisseminar 1: 29.11. - 30.11.2024

Basisseminar 2: 21.02. - 22.02.2025

Zum ECM-Folder

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

29.11.2024

### Ende

22.02.2025

### Kurstage

4

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

16:30 Uhr

### Dauer

1440 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Monika Brandauer

## Gebühr

240 € Teilnahmebeitrag bei Einzelmodulbuchung 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

## Optimale Regeneration im Sport

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Sport = Training + REGENERATION. Dieser Aspekt wird, nicht zuletzt vor allem unter ambitionierten Freizeitsportlern, nur selten ausreichend berücksichtigt. Das Seminar gibt einen kompakten Überblick über die Wichtigkeit der Regeneration und vermittelt praxisnah verschiedene Maßnahmen mit denen die Teilnehmer ihre Erholung individuell und effektiv unterstützen können.

Es gibt unzählige Gründe Sport zu treiben. Wohlbefinden, allgemeine Fitness und letztendlich natürlich auch die Verbesserung oder Erhaltung der eigenen Leistungsfähigkeit stehen für viele Sportler an erster Stelle. Durch regelmäßiges Training versuchen sie ihre Ziele zu erreichen. Dabei wird allerdings (vor allem im Freizeitsport) oftmals vergessen, dass Sport und Training aus 2 Teilen besteht: Belastung und REGENERATION.

Bei den meisten Sportlern liegt der Schwerpunkt des Trainings nämlich hauptsächlich beim Belasten. Dass Regeneration ein wichtiger Aspekt des Trainings ist, mag zwar vielen Sportlern durchaus bewusst sein, wird aber in den seltensten Fällen ausreichend berücksichtigt. Ihre entscheidende Bedeutung wird allzu oft erst in dem Moment erkannt, wenn Verletzungen, Überlastungserscheinungen, Erschöpfungszustände oder andere gesundheitliche Probleme auftreten. Doch Regenerieren besteht nicht nur aus Nichts tun, sondern vielmehr in dem was man sonst nicht tut. Es gibt viele verschiedene Regenerationsmaßnahmen die sowohl die körperliche als auch die mentale Erholung unterstützen. Diese garantieren dem Sportler die Trainingsreize optimal zu gestalten, zu verarbeiten und sich ihnen erneut bestens vorbereitet zu stellen. Somit bedeutet optimale Regeneration nicht nur Pflege der Gesundheit, sondern letztendlich auch Leistungssteigerung. Ein ambitionierter Sportler, der sich nicht um seine Regeneration kümmert, vernachlässigt also nicht nur seine Gesundheit, sondern beraubt sich auch der Chance seine Leistungsfähigkeit voll auszuschöpfen. Aber leider wird es immer schwieriger sich unter all den vielen regenerativen Möglichkeiten, der zunehmenden Informationsflut und nicht zuletzt den zahlreichen Werbeversprechen zu Recht zu finden.

Kursinhalte für einen Tag sind u.a.:

- " Bedeutung und Stellenwert der Regeneration im Sport " Regenerationsprozesse
- " Verschiedene Erholungsmaßnahmen und deren Effizienz (u.a. Schlaf,
- " Muskelpflege, Massage, Sauna...)
- " Praktische Übungen und allgemeine Tipps und Empfehlungen zur Unterstützung der Regeneration

"Höher, schneller, weiter... So könnte man die (fragwürdige) Entwicklung des Sports mit wenigen Worten beschreiben. Ohne optimale Erholung sind Konsequenzen dementsprechend vorprogrammiert. Viele Sportler richten sich nämlich nicht durch das Tempo und den Umfang ihres Trainings zugrunde - sondern vor allem durch das Tempo und den Umfang ihrer Regeneration."

Thomas Stricker



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Beginn

13.12.2024

## Ende

14.12.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

509 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Vahrn  
Stiftstraße 1

## Zielgruppe

Alle Interessierte

## Referent/in

Thomas Stricker

## Gebühr

260 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.  
Email