

G 200352 Myofaszielles Training – Vertiefung

21.11.2020
Hannover

Agentur für
Erwachsenen- und Weiterbildung
Postfach 4 73
30004 Hannover

Was Sie beachten müssen (Verfahrensregelungen)

1. Die Teilnahme an den Fortbildungsveranstaltungen der AEWB ist in der Regel für alle Mitarbeiter/-innen in der niedersächsischen Erwachsenen- und Weiterbildung offen. Tagungsthema und Angabe eines Adressatenkreises verdeutlichen, für welchen Teilnahmekreis die Veranstaltungen in besonderer Weise geeignet sind.
2. Für die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen wird ein Teilnahmebeitrag erhoben. Dieser ist gemeinsam mit einer Leistungsbeschreibung der Veranstaltung im Programmheft und den Einladungen ausgewiesen.
3. Anmeldungen zur Mitarbeiterfortbildung müssen schriftlich erfolgen und schließen die Anerkennung dieser Verfahrensregelungen ein. Die zur Bearbeitung und Durchführung der Fortbildungen erforderlichen Angaben werden unter Beachtung der Datenschutzbestimmungen verarbeitet. Sie können unsere Datenschutzerklärung jederzeit unter www.aewb-nds.de/datenschutz abrufen.
4. Zahlungsmodalitäten
 - Übernimmt eine Organisation den Teilnahmebeitrag für die teilnehmende Person, erfolgt die Rechnungsstellung nach Durchführung der Veranstaltung.
 - Für Selbstzahler/-innen gilt folgende Regelung: Die Zahlung des Teilnahmebeitrags erfolgt durch eine SEPA-Lastschrift. Anmeldungen von Selbstzahler/-innen werden nur berücksichtigt, wenn ein SEPA-Lastschriftmandat vorliegt. Der Lastschrifteinzug erfolgt durch den Niedersächsischen Bund für freie Erwachsenenbildung (nbeb) vier Wochen nach dem ersten Veranstaltungstag.
 - Der jeweils angegebene Teilnahmebeitrag kann nicht reduziert werden (auch nicht bei zeitweiser Teilnahme oder Verzicht auf Verpflegung/Übernachtung). Bei mehrteiligen Veranstaltungen wird der Teilnahmebeitrag nach Durchführung des ersten Teils eingezogen.
 - Gebühren, die bei Rücklastschriften auf Grund von fehlerhaften oder unvollständigen Angaben zur Bankverbindung oder Adresse entstehen, müssen wir Ihnen leider berechnen. Bitte teilen Sie uns Ihre aktuellen Daten umgehend mit.
5. Die Veranstaltungen finden in der Regel statt, wenn zehn verbindliche Anmeldungen vorliegen. Bei Überbelegung entscheidet die Reihenfolge des Posteingangs über die Annahme. Über die Durchführung einer Fortbildung wird in der Regel 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn entschieden.
6. Alle Teilnehmer/-innen erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung eine Bestätigung ihrer Anmeldung sowie Hinweise über Anfahrtsmöglichkeiten und Angaben zum Tagungsort. Falls eine Veranstaltung nicht zustande kommt, erfolgt eine rechtzeitige Absage.
7. Die Anmeldebestätigung gilt in Verbindung mit dem Kontoauszug als Zahlungsnachweis gegenüber dem Finanzamt.
8. Bei Rücktritt von der Anmeldung innerhalb von 10 Tagen vor Veranstaltungsbeginn bzw. Nichterscheinen trotz Anmeldung erhebt die AEWB eine Gebühr in Höhe von 80% des ausgewiesenen Teilnahmebeitrags. Absagen sind direkt an die AEWB zu richten. Bei Rücktritt während eines Lehrgangs kann auf Antrag ein Teil des Teilnahmebeitrags, höchstens jedoch 50%, erstattet werden. Sie können jederzeit anstelle einer/eines angemeldeten Teilnehmenden einer/-n Vertreter/-in benennen. Ihnen entstehen keine zusätzlichen Kosten.
9. Sonderregelungen für einzelne Veranstaltungen sind jeweils dort ausgewiesen.

Übernachtung

Sofem bei mehrtägigen Veranstaltungen eine Unterbringung angeboten wird, erfolgt diese im Regelfall im Einzelzimmer. Bei Doppelzimmerbelegung (DZ) wird dies in der Veranstaltung ausgewiesen.



Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung

Die AEWB ist eine organisatorisch selbstständige Stelle nach dem Niedersächsischen Erwachsenbildungsgesetz (NEBG), die vom Niedersächsischen Bund für freie Erwachsenenbildung (nbeb) getragen wird.

Geschäftsführer: Dr. Martin Dust

Postfach 4 73
30004 Hannover
Bödekerstraße 16
30161 Hannover

Tel. 0511 300330-330
Fax 0511 300330-381
info@aewb-nds.de
www.aewb-nds.de



Myofaszielles Training - Vertiefung

21.11.2020

Fortbildung
für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
in der niedersächsischen
Erwachsenen- und Weiterbildung

Myofaszielles Training mit Qigong & Taijiquan – Vertiefung

Der reiche Erfahrungsschatz der Qigong- und Taijiquan-Übungen hat schon immer den Fokus auf einen elastischen und geschmeidigen Körper gelegt und so bieten sie erstaunlich effektive Möglichkeiten entsprechend den Erkenntnissen der aktuellen Fasziensforschung.

Dreidimensionale, rhythmische und achtsam lösende und dehnende Bewegungen führen dazu, die Spannung im Faszienetz zu spüren und zu steuern. Gleichzeitig wird durch die Art des Übens ein mentaler Prozess der Beruhigung und Klärung des Geistes eingeleitet, der Körperblindheit aufhebt, sensomotorischer Amnesie vorbeugt und zu einem lebendigeren Körpergefühl führt.

Der Schwerpunkt des Tages liegt auf Qigong- und Taijiquan-Übungen und deren Möglichkeiten das Faszienetz elastisch zu halten und koordiniert auszubilden. Lokale Wirkungen in einzelnen Faszienzügen und Einflüsse auf die gesamte Spannungsbalance werden deutlich. Gleichzeitig wird achtsam spürend der Kontakt nach innen und außen geschult. Christian Auerbach nimmt dazu Bezug auf das Körpermodell westlicher Fasziensforschung und zeigt die Verbindungen zu Qigong und Taijiquan in Theorie und Praxis auf.

Als Beispiel nehmen wir weitverbreitete Übungen („Brokate“, „Taiji Qigong“) in denen sich grundsätzliche Strukturen in Haltung und Bewegungsapparat herausarbeiten lassen.

Weiter werden wir Übungen aus dem Repertoire der Teilnehmer*innen gemeinsam auf das myofaszielle Potential hin befragen.

Bitte bringen Sie Ihre eigenen Übungen mit !

- Prinzipien des Faszientrainings
- Myofaszielles Modell (Schleip / Myers / Guimberteau) des Körpers
- Tensegrity-Prinzip (Snelson / Levin / Martin)
- Theorie des Qigong & Taijiquan wie z.B. „elastische / harte Kraft“ (Jin / Li), „3 Übereinstimmungen (Wai San He)“ oder „Öffnendes Entspannen (Songkai)“
- Praktisches Faszientraining mit beispielhaften Qigong- & Taijiquan-Übungen
- Umsetzung der Prinzipien in Ihren Qigong- & Taijiquan-Übungen

*Leitung: Christian Auerbach
(Pädagoge M.A., Ausbilder im Deutschen Dachverband Qigong und Taijiquan (DDQT))*

*Termin/UStd.:
Samstag, 21.11.2020,
10:00 Uhr – 17:00 Uhr (8 UStd.)*

*Ort: Hannover
Kosten: 79,00 EUR (inkl. Imbiss)*

*Adressatenkreis:
Pädagogische Mitarbeiter/-innen, Lehrende mit Vorkenntnissen zum myofasziellen Training*

*Ansprechpartner/-in für diese Veranstaltung:
Gertrud Völkening, Tel.: 0511 300330-325
E-Mail: voelkening@aewb-nds.de (Inhalte)
Gabriele Pfitzner, Tel.: 0511 300330-315
E-Mail: pfitzner@aewb-nds.de (Organisation)*

Das aktuelle Fortbildungsprogramm und weitere Informationen finden Sie unter: **www.aewb-nds.de**



Meine Anmeldung für G 200352
Myofaszielles Training - Vertiefung, 21.11.2020

Pf

Herr Frau
Name, Vorname:

Meine Postanschrift
 privat (Kursleitende bitte immer Privatanschrift angeben)
 dienstl.:

Straße:

PLZ/Ort:

Tel.: p.: Tel.: d.:

E-Mail:

Ich arbeite/Ich unterrichte
 an einer öffentl. geförderten EB-Einrichtung (z.B. vhs, eeb, ...)
Name der Einrichtung

PLZ/Ort:

als Päd. Mitarbeiter/-in Verwaltungsmitarbeiter/-in
als Seminar-/Kursleiter/-in Projekt anderes
.....

Haupt-Arbeits-/Kursbereich:

im Bereich Erwachsenen- und Weiterbildung bei
 einer KiTa, Schule einer Universität, (Fach-)Hochschule
 einem Verein, einer gemeinnützigen Einrichtung
 einem privaten Anbieter
 anderes
.....

Bitte schicken Sie mir Ihr neues Programm regelmäßig zu:
 Ich habe die Datenschutzerklärung und Verfahrensregelungen gelesen und akzeptiert. www.aewb-nds.de/datenschutz/
SEPA-Lastschriftmandat
(Für Organisation/Einrichtung erfolgt die Rechnungsstellung)
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE40ZZZ00000361835
Mandatsreferenz: Wird in der Anmeldebestätigung ausgewiesen.
Ich ermächtige den Niedersächsischen Bund für freie Erwachsenenbildung (nbeb), einmalig eine Zahlung bzw. bei Ratenzahlungen wiederkehrend von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Niedersächsischen Bund für freie Erwachsenenbildung (nbeb) auf mein Konto gezogene(n) Lastschrift(en) einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname u. Name Kontoinhaber/-in

Kreditinstitut/Ort

IBAN: DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _

Datum, Ort und Unterschrift Kontoinhaber/-in