



FASZIEN.imTANZ® meets Ortho-Bionomy®

17./18. Mai 2025 Sa, 09:30 - 18:00, So, 9:00 - 17:00 Uhr

Pilates Zentrum, Niedere-Munde-Straße 9, 6410 Telfs in Tirol

Du bist neugierig auf Ortho-Bionomy® und du möchtest deine Faszien einmal ganz anders erfahren und ihr Zusammenwirken verstehen und erfühlen? An diesen 2 Tagen werden wir 4 Themen rund um die Faszien erfahrend erforschen und Ortho-Bionomy® im kreativen Fluss erfahren.

Jeweils einen halben Tag widmen wir uns

- 1) den **Anatomy Trains**, den myofaszialen Funktionsketten nach Thomas Myers, und der spiralischen Spannkraft
- 2) „**Soft fluid Faszien**“, der gelartigen und quasi schmelzenden Eigenschaft der Faszien. Dabei dürfen wir uns auf absolut wohltuende Ortho-Bionomy®-Flow-Erlebnisse freuen!
- 3) der universalen Bedeutung der **Tiefen Frontalen myofaszialen Funktionskette** (Myers). Dabei werfen wir auch einen Blick auf die embryonale Entwicklung. Wir werden auch Spaß dabei haben, uns selbst ins forschende Bewegen der Frühkindlichen Bewegungsentwicklung zu begeben.
Ich zeige Euch auch konkrete und einfache **Übungen aus der Echopunkt-Methode EP+®** nach Susanne Amberg Schneeweis, die man auch Klient*innen im Zuge einer Behandlung auch mitgeben kann.
- 4) der **Aufrichtung**, die sich von innen heraus entwickelt und entdecken das Geheimnis des Bodenkontakts mit der Basis-Übung aus der **Dispokinesis®**. Wir erfahren, wie mentale Imagination unser Gehen verändern kann. Wir explorieren „ortho-bionomisch“ im Sitz und im Stand.

Mein Zugang ist die „Erfahrbare Anatomie“. Das heißt, Wissen und Körpererfahrung finden über den Vorgang der Selbstwahrnehmung zusammen. Wir werden uns viel bewegen, mal ruhiger, mal lebendiger. Wir erforschen die Bewegung, reflektieren unsere Wahrnehmung und integrieren tanzend unsere Erfahrung. So kann diese sich sowohl bewusst als auch unterbewusst verankern. Wir gehen dabei auch öfters in Partner-Übungen, im Stand, im Sitzen und im Liegen.

Ich freue mich riesig auf unseren gemeinsamen Forschungstag rund um die Faszien in Bewegung, Tanz, Ruhe, Behandlung und Austausch!

Faszien – unser Flussbett des Lebens

Bitte bequeme und leichte Trainingskleidung, keine Schuhe, rutschfeste Socken, Decke mitbringen.

Preis: 240.-

Teilnahmevoraussetzung: keine; offen für alle Interessierten an Bewegung, Körperwahrnehmung, für Menschen die mit Ortho-Bionomy® vertraut sind oder an ihr interessiert sind;

Organisation und Anmeldung:

Véronique Santeler

Tel: +43 650 919 1166

Email: verosanteler@hotmail.com

