

SBAT-Workshop 2023

AlexanderTechnik meets Cranio or "the forgotten anatomy" and From Primary Reflexes to Primary Control with *Elke Mastwijk*

a 2-day workshop that can be attended independently
Friday, June 2nd & Saturday, June 3rd 2023 in Basel



1st Course Day:

AlexanderTechnik meets Cranio or "the forgotten anatomy"

A workshop on the influence of deep fascia tension on our use and behaviour. Clients who have suffered emotional trauma or who have been inflicted by physical trauma such as (car) accidents, surgery and long term illnesses can feel out of sorts for a long time. Trauma not only influences patterns of use but also creates tension patterns in all the connective tissues of the body, including those of the CranioSacral system. This in turn can interfere with the primary control in quite an unexpected way.

What you will learn:

In this workshop we will explore knowledge and insights from CranioSacral therapy to examine connective tissue pulls. We will take a look at the forces that are at work inside the skull, around the spinal cord and the sacrum. The workshop will start off with a basic introduction to the CranioSacral system after which we will work "hands on" to gain a deeper understanding of how connective tissue pulls can interfere with use.

2nd Course Day:

From Primary Reflexes to Primary Control

Over the years one question became a quest for knowledge. "Why do some clients make significantly better progress than others?" We know that, for some clients, it is much easier to apply the Technique than for others, regardless of the number of lessons. *Elke Mastwijk* helps you understand the possible influence of the seven Primary Reflexes which are key to early childhood development.



If there are disturbances in early childhood (such as prolonged stress, feeding or crawling problems) Primary Reflexes may not be fully inhibited. This creates compensation mechanisms which disturb postural reflexes and fine motor skills in later life to varying degrees. In pupils with uninhibited Primary Reflexes there can be powerful reflex and muscular reactions which conflict with AT inhibition and directions.

What you will learn:

Primary Reflexes and early childhood development.
The influence of an uninhibited reflex and how it affects activities such as violin playing, swimming and horse riding, and specific Alexander procedures such as monkey and chair work.
With this understanding colleagues will have the knowledge to guide their "difficult" clients through lessons and will know when to refer.

On both days, Elke also works with the use of short videos to better explain what is being taught through moving images.

About Elke Mastwijk

Elke Mastwijk has been a passionate Alexander Technique teacher for over 25 years with a full-time practice in the Netherlands. She is able to translate relevant knowledge from these disciplines (CranioSacral- and Reflex Inhibition Therapy) to the Alexander Technique. She combines a special passion for understanding how fascia (connective tissue) restrictions affect use with an intense curiosity about early childhood development.

<https://www.alexandertechnik.com/>

Der Kurs richtet sich an KomplementärTherapeut:innen und Studierende der Methode AlexanderTechnik sowie anderer KT-Methoden.

Infos für die Anmeldung

DATUM und UHRZEIT	1. Kurstag, Freitag, 2. Juni 2023 2. Kurstag, Samstag, 3. Juni 2023 (jeweils 1 Std. Mittagspause)	von 09.30h bis 16.30h von 09.30h bis 16.30h
ORT	Dornacherstrasse 192 Halle 2 West, 4053 Basel 1. Kurstag im grossen Saal 2. Kurstag im kleinen Saal	
SPRACHE	Der Kurs wird in Englisch durchgeführt. Elke kann auch Deutsch, sollte es zu Verständigungsproblemen kommen.	
MITNEHMEN	Yogamatte, rutschfeste Socken, Buch als Kopfstütze, Notizblock und Schreibmaterial	
VERPFLEGUNG	Möglichkeiten zur Mittagsverpflegung gibt es im Quartier. z. B - <i>Bio-Bistro</i> https://biobistro.bsb.ch/ (samstags geschlossen) oder <i>Coop Restaurant</i> im Gundeli	
KOSTEN	Teilnahme an einem Tag: SBAT-Aktivmitglieder: CHF 170.- SBAT-Passivmitglieder: CHF 190.- Nicht-Mitglieder: CHF 210.- SBAT-Studierende: CHF 90.- Teilnahme an beiden Tagen mit einer Reduktion von CHF 20: SBAT-Aktivmitglieder: CHF 320.- SBAT-Passivmitglieder: CHF 360.- Nicht-Mitglieder: CHF 400.- SBAT-Studierende: CHF 160.- Die Kurstage können jeweils einzeln oder zusammen gebucht werden. Bei Buchung beider Tage gewähren wir einen Rabatt von CHF 20.-. Frühbucherrabatt von CHF 10.- bei Buchung von einem oder beiden Tagen bis zum 13. April 2023.	
	<u>Die Rechnung wird nach der Kursbestätigung online verschickt und ist vor Kursbeginn zahlbar.</u>	
ANREISE	Öffentlicher Verkehr: Ankunft Bhf. Basel SBB, Ausgang Gundeldingen , Tram bzw. Busersatz Nr. 16 in Richtung Jakobsberg oder Bruderholz, zwei Stationen bis Station Tellplatz. Oder zu Fuss in ca. 15 Minuten erreichbar, ebenfalls ab Bhf Basel SBB. Auto: Es stehen keine Parkplätze zur Verfügung im Quartier. Von der Dornacherstrasse kommend kann man im <i>Parkhaus Gundeli-Park, J.J Balmer-Strasse 8</i> parkieren.	
FORTBILDUNGSSTUNDEN	6 Stunden pro Tag	
ANMELDUNG	Bitte bis spätestens am 4. Mai 2023 per Link https://form.jotform.com/230643688359367 Oder per E-Mail an die SBAT-Geschäftsstelle, Anita Kormann: info@alexandertechnik.ch Da die Teilnahmeplätze limitiert sind, werden wir die Anmeldungen nach Eingangsdatum berücksichtigen. <i>Bitte beachtet, dass die Anmeldung verbindlich ist. Erfolgt eine Abmeldung weniger als eine Woche vor Kursbeginn, ist das gesamte Kursgeld geschuldet.</i>	

Übernachtungsmöglichkeiten in Basel:

- H95 Raum für Kultur, Bed & Breakfast, <https://h95.ch/bed-and-breakfast>
- Blumen Bed & Breakfast, <https://blumer-bnb.ch/>