AlexanderTechnik Schweiz
TechniqueAlexander Suisse
Schweizerischer Berufsverband der AlexanderTechnik
Association Professionnelle Suisse de la TechniqueAlexander

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 Mastiwijk

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.alexandertechniek.com/

AlexanderTechnik Schweiz
TechniqueAlexander Suisse
Schweizerischer Berufsverband der AlexanderTechnik
Association Professionnelle Suisse de la TechniqueAlexander

Le cours s'adresse aux thérapeutes complémentaires et aux étudiants de la Technique Alexander ainsi que d'autres méthodes de thérapie complémentaire.

Infos pour l'inscription

DATE et HEURE

1er jour de cours, vendredi 2 juin 2023 de 09.30h à 16.30h
2e jour de cours, samedi 3 juin 2023 de 09.30h à 16.30h
(1 heure de pause à chaque jour)

LIEU

Dornacherstrasse 192 Halle 2 West, 4053 Basel
1er jour de cours dans la grande salle
2ème jour de cours dans la petite salle

LANGUE

Le cours se déroule en **anglais**. Elke peut également parler allemand si des problèmes de compréhension surviennent.

ENTRETIEN

Tapis de yoga, chaussettes antidérapantes, livre comme appui-tête, bloc-notes et matériel d'écriture

PRISE EN CHARGE

Des possibilités de restauration à midi sont disponibles dans le quartier.
z. Par exemple - Bio-Bistro https://biobistro.bsb.ch/ (fermé le samedi)
ou restaurant Coop dans le Gundeli

COÛT

Participation à une journée:

Membres actifs de l'APSTA:	**CHF 170.-**	Membres passifs de l'APSTA:	**CHF 190.-**
Non-membres:	**CHF 210.-**	Étudiants de l'APSTA:	**CHF 90.-**

Participation aux deux jours avec une réduction de 20 CHF:

Membres actifs de l'APSTA:	**CHF 320.-**	Membres passifs de l'APSTA:	**CHF 360.-**
Non-membres:	**CHF 400.-**	Étudiants de l'APSTA:	**CHF 160.-**

Les journées de cours peuvent être réservées séparément ou ensemble. En cas de réservation des deux jours, nous accordons une remise de 20 CHF.
***Réduction* de 10 CHF pour les inscriptions anticipées en cas de réservation d'un ou des deux jours avant le 13 avril 2023.**

La facture est envoyée en ligne après la confirmation du cours et est payable avant le début du cours.

ARRIVEE

Transports publics: Arrivée à la gare de Bâle CFF, **sortie Gundeldingen**. Tram ou bus de remplacement n° 16 en direction de Jakobsberg ou Bruderholz, deux arrêts jusqu'à la station Tellplatz.
Ou accessible à pied en 15 minutes environ, également depuis la gare CFF de Bâle..
Voiture: il n'y a pas de places de parking disponibles dans le quartier. En venant de la Dornacherstrasse, il est possible de se garer dans le parking Gundeli-Park, J.J Balmer-Strasse 8..

HEURES DE FORMATION CONTINUEN

6 heures par jour

INSCRIPTION

A envoyer au plus tard le 4 mai 2023 par lien
https://form.jotform.com/230643688359367
Ou par e-mail au bureau de la SBAT, Anita Kormann:
info@alexandertechnik.ch

Les places étant limitées, nous prendrons en compte les inscriptions par ordre d'arrivée.

Veuillez noter que l'inscription est obligatoire. Si l'annulation a lieu moins d'une semaine avant le début du cours, la totalité des frais de cours est due.

Possibilités d'hébergement à Bâle:

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

Traduit avec deepl