

Klarheit!

Ein Workshop für AlexandertechnikLehrer*innen, die (noch mehr) mit der Technik arbeiten (wollen).

Die Alexandertechnik ist eine sehr potente und wirksame Methode, um unseren Gebrauch zu verbessern, Verschleisserscheinungen vorzubeugen und schlechte Gewohnheiten aufzugeben.

Trotzdem haben viele von uns Schwierigkeiten eine eigene Praxis in Gang zu bringen und aufrechtzuerhalten, neue Schüler*innen für die Methode zu begeistern und zu halten - aber vor allem auch: mit der Technik den eigenen Lebensunterhalt zu bestreiten. Der Tag möchte dazu beitragen eine erfolgreiche Praxis zu führen und gleichzeitig den Prinzipien der Alexandertechnik treu zu bleiben.

Gemeinsam werden wir uns folgende Fragen stellen:

- Weiss ich eigentlich wirklich was ich tue?
- Weiss ich wovon ich spreche und kann ich es auch vermitteln?
- Ist mir klar, was ich den Menschen mitgeben will, wenn ich mit ihnen arbeite?
- Wie kann es gelingen, dass die Schüler*innen auch nach 10 Stunden und mehr Stunden immer wieder kommen (wollen)?

In dem Workshop wird es darum gehen:

- wie wir unsere Expertise und unser Angebot klientengerecht darstellen - und so auf die Bedarfe der Menschen eingehen, ohne die eigenen Prinzipien zu vernachlässigen
- und ohne die Alexandertechnik mit anderen Methoden zu vermischen.
- was unsere Schüler*innen brauchen, damit sie sich begleitet und unterstützt erleben
- und in der Folge bereit sind sich auf neue Wege einzulassen und alte Gewohnheiten (wie zum Beispiel: *Ich muss besser werden, ich muss schneller sein, ich muss bald wieder gesund werden und funktionieren*) loszulassen

Was dich erwartet:

- Ein Tag der so gestaltet ist, dass auf alle Teilnehmenden und die unterschiedlichen Fragen und Bedarfe individuell eingegangen werden kann
- Hands-on-Arbeit, bei der die Themen der Teilnehmenden im Mittelpunkt stehen
- Eine Gruppe von maximal 7 Personen

Wer ich bin:

Giga Weidenhammer, Jahrgang 1967
Ausbildung zur AT von 1995 bis 1998 in Amsterdam

Mit Sportler*innen, Tänzer*innen, mit Privatpersonen
und für Wirtschafts- und Handwerksunternehmen betreibe ich
seit vielen Jahren eine erfolgreiche Praxis.



Organisatorische Infos:

Wann: am 9.11.2024, von 10 bis 15 Uhr
Kosten: 130.- Euro

Kontakt: Giga Weidenhammer 0176-99664720
Willi Schindler 0177-5983598

Per Mail: giga@fm-alexander.de

Wo: Macromedia Akademie, Haslacher Straße 15, 79115 Freiburg

Die Hochschule Macromedia Freiburg erreichst du vom Hauptbahnhof aus in 15 Minuten zu Fuß. Wer lieber die Bahn nimmt, fährt bis zur Eschholzstraße und steigt dort in den VAG-Bus 14 Richtung Munzinger Straße um. Steige am Marienmattenweg aus und nach einem kurzen Fußmarsch bist du da.