

## Informationen kompakt

Termine: 10. – 12.11.2017  
01. – 03.12.2017  
26. – 28.01.2018

Fr. 10.00 – 15.00 Uhr

Sa. 10.00 – 18.00 Uhr

So. 10.00 – 17.00 Uhr

Kurs-Nr.: 2571

Ort: Tai-Chi Schule, Frongasse 9, 53121 Bonn

Kosten: 800,00 € (Ermäßigung nach Absprache)

Anmeldung online möglich unter:  
[www.indito.de](http://www.indito.de) [Seminarprogramm]

## Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig. Danach wird der Gesamtbetrag einbehalten bzw. nachgefordert. Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung. Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

## Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!



IndiTO  
Estermannstraße 204  
53117 Bonn  
Telefon 0228 674 663  
Fax 0228 680 400

[www.indito.de](http://www.indito.de)  
[info@indito.de](mailto:info@indito.de)

Volksbank Bonn Rhein-Sieg  
Konto 1 501 895 039  
BLZ 380 601 86  
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39  
BIC GENODE33BRS

## Kalifornische Massage & Gestalt-Körperarbeit

### Aufbauzyklus

10. - 12.11.2017

01. - 03.12.2017

26. - 28.01.2018

Bonn



Bildung, Training und Beratung für  
Individuen, Teams und Organisationen



# Aufbau-Zyklus - Kalifornische Massage & Gestalt-Körperarbeit

## Der Aufbauzyklus

bietet im Rahmen von drei dreitägigen Seminarblöcken ein zunehmendes Gefühl von Vertrautheit unter den KursteilnehmerInnen.

Neben neuen und erweiterten Massagetechniken stehen auch hier Bewegungs- und Achtsamkeitserfahrungen zur weitergehenden Entdeckung des eigenen Körpers und unseres Kontaktverhaltens im Fokus.

## Kursinhalte

- Effektive Massagetechniken aus unterschiedlichen Methoden der Körperarbeit, z. B. Dehnungen in passive Yogahaltungen, tiefe, strukturelle Arbeit an Bauch, Gesäß und Nacken, stille Haltegriffe, Atembefreiung durch Arbeit am Brustkorb.
- Begleitung nährenden und befreiender Selbsterfahrungserlebnisse im Kontakt mit anderen Fortbildungsteilnehmer /innen.
- Erlebbarer Anatomie für das sichere Auffinden von Orientierungspunkten in der Körperstruktur.

## Ziel des Aufbauzyklus

ist die Entdeckung von Körperarbeit als leichte, meditative und achtsame Handlung, die beidseitig heilsam und entspannend ist. In dieser Phase der Fortbildung sammeln die TeilnehmerInnen auch außerhalb der Gruppe erste eigene Erfahrungen mit Massage.

## Voraussetzung

für die Teilnahme am Aufbauzyklus ist die vorherige Teilnahme an einem Basiskurs.

## Weitere Informationen

[www.KalifornischeMassage.de](http://www.KalifornischeMassage.de)

## Begleiter



## Katja Rimpler-Täufer

Ausbildung in Kalifornischer Massage & Gestalt-Körperarbeit; Staatl. gepr. Gymnastiklehrerin; Feldenkrais-Pädagogin; Entspannungspädagogin; Körpertherapeutin in einer psychosomatischen Klinik

## Frank Täufer

Ausbildung in Kalifornischer Massage & Gestalt-Körperarbeit; Trigger-Point-Massage; Gestalttherapeut