

## Kinaesthetics - Refresherkurs I

---

Am:	28.04.2021
Uhrzeit:	09:00 Uhr-15:00 Uhr
Kosten:	190,00 €
Kosten f. Mitglieder:	150,00 €

Sie erhalten für diese Fortbildung  
7 Fortbildungspunkte.



**Kursinhalt:** „Kunst der Bewegungswahrnehmung“  
Kinaesthetics geht davon aus, dass die Qualität der Bewegung in den alltäglichen Aktivitäten für die Entwicklung der Gesundheits- und Lebensqualität eine zentrale Rolle spielt. Die Teilnehmer im Kinaesthetics Grundkurs wurden angeleitet ihre Bewegungen immer differenzierter wahrzunehmen, um sie dann in verschiedenen Situationen besser anpassen zu können. In dem Kinaesthetics Refresherkurs werden diese Konzepte wiederholt und geübt.

**Lernziel:** Bewegung ist eine Grundlage des Lebens. Kinaesthetics kann helfen neue Bewegungsmöglichkeiten für sich und in der Interaktion mit anderen Menschen zu finden und somit letztendlich die eigene Bewegungskompetenz weiter zu entwickeln. In diesem Refresherkurs werden die Konzepte von Kinaesthetics wieder bewusst im Alltag angewandt.

**Zielgruppe:** Alle Personen, die bereits einen Grundkurs absolviert haben



Dozentin: Gundula Lengkey  
Kinaesthetics-Trainerin, GKP