

## Informationen kompakt

**Termine:** 17. - 19.04.2020,  
15. - 17.05.2020, 19. - 21.06.2020

Fr. 10.00 – 15.30 Uhr  
Sa. 10.00 – 18.00 Uhr  
So. 10.00 – 17.00 Uhr

**Kurs-Nr.:** 2911

**Ort:** IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn

**Kosten:** 800,00 €, 400,00 € wiederholte Teilnahme

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 GENODED1BRS

## Das Leben berühren

### Aufbaukurs Kalifornische Massage & Gestalt-Körperarbeit

17. - 19.04.2020

15. - 17.05.2020

19. - 21.06.2020

Bonn



Bildung, Training und Beratung für  
Individuen, Teams und Organisationen



# Aufbaukurs - Kalifornische Massage & Gestalt-Körperarbeit

## Der Aufbaukurs

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 nährender und befreiender Selbsterfahrungserlebnisse im Kontakt mit anderen Fortbildungsteilnehmer /innen.
- Erlebbare Anatomie für das sichere Auffinden von Orientierungspunkten in der Körperstruktur.

## Ziel des Aufbaukurses

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.

## 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

## Weitere Informationen

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