

ANATOMIE IN BEWEGUNG / TANZMEDIZIN mit Anja Weber

online Kurs (via Zoom)

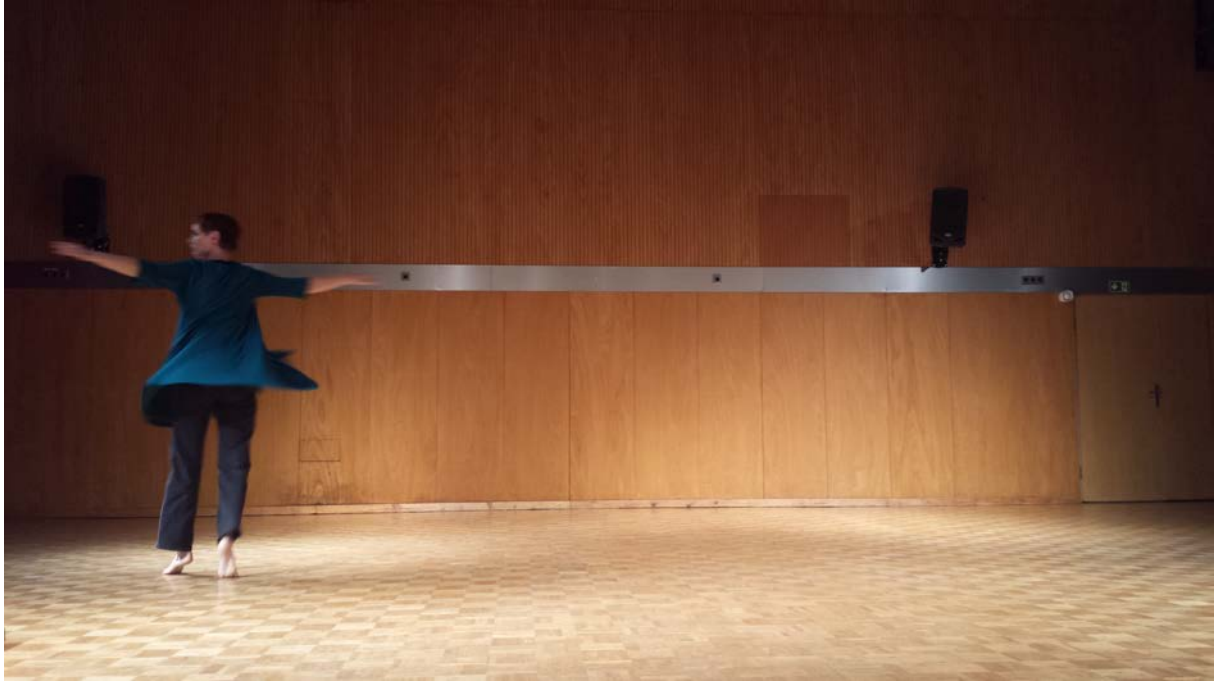


Foto credits: Claudia heland

Freitag 16:30-18:30
Samstag 11:00-13:00 und 14:00-16:15 (inkl. 15 min Pause)
Sonntag 11:00-13:00 und 14:00-16:15 (inkl. 15 min Pause)

am **13.-15.5.2022 und 24.-26.6.2022**

Anmeldung:

Anja Weber | aarts@gmx.net | <https://aartsanjaweber.de>

Kursgebühr:

Frühbucher 290,- (Anmeldung bis 30.4.22)

regulär 340,- (Zahlungseingang vor Kursbeginn!!!)

Bitte Anmeldung per Mail, Kontonummer wird bei Anmeldebestätigung mitgeteilt.

Stundenplan / Themen: *1. Wochenende*

Freitag 13.05.2022 **16:30-18:30**

Einführung Anatomie der Bewegung und Körpersysteme I (Gewebe, Zellen, Funktionen)

Samstag 14.05.2022 **11:00-13:00**

Wachstum, Entwicklung und Strukturen des Bewegungsapparats (Körpersysteme II)

Samstag 14.05. (nachmittags) 14:00-16:15

Region I: Fuß und Unterschenkel

Sonntag 15.05.2022 **11:00-13:00**

Region II: Knie und Beinachse

Sonntag 15.05. (nachmittags) 14:00-16:15

Region III: Hüfte und Becken

Stundenplan / Themen: *2. Wochenende*

Freitag 24.06.2022 **16:30-18:30**

Wiederholung und Ergänzung und weitere Praxis zum WE 1

Samstag 25.06.2022 **11:00-13:00**

Region IV (Teil 1): Rumpf, Torso, Wirbelsäule

Samstag 25.06. (nachmittags) 14:00-16:15

Region IV (Teil 2): Rumpf, Torso, Wirbelsäule

Sonntag 26.06.2022 **14:00-16:15**

Region V: Schultergürtel, Arm, Hand

Sonntag 26.06. (nachmittags) 14:00-16:15

Weitere Praxis Neurophysiologie der Bewegung, offene Fragen, Abschluss

Bitte zum Kurs bereit halten:

- 2 **Tennisbälle** und/oder 2 grüne oder blaue Franklin®-Bälle (in jedem Fall zwei gleiche Bälle)
- 1 **blaues Theraband®** (Länge ca. **3,5 m**) bereit halten und ggf. 1 **Yoga-Gurt** (oder ähnliches)
- **Raum zum Bewegen** (min. Körpergröße + 50 cm zum Quadrat als Grundfläche, wenn möglich)
- **Trainingskleidung** zum Bewegen
- Computer / Internet-Anschluss / Zoom mit variabler Kamera (Sicht auch bei Bodenarbeit)

Anja Weber, Berlin

CLMA (Certified Laban Bartenieff Movement Analyst). KMP (Kestenberg Movement Profile), Tänzerin, Tanzpädagogin, Choreographin, M.A. phil. (Philosophie, Musik-, Theaterwissenschaft), Dipl.-Psych., FÄ für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Kontakt: aarts@gmx.net | <https://aartsanjaweber.de>