

● **Anreise mit der Bahn**

Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern: +49-8856-81844 oder +49-8856-2270

● **Anreise mit dem Auto**

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Unter-aurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wälder und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.



● **ZIST ist** ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie in herrlicher Alleinlage im bayrischen Voralpenland und Heimat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.
- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.
- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten sowie zu Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



**ZIST gemeinnützige GmbH**

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail **info@zist.de**  
 Telefon **+49-8856-93690**  
 Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr  
 und 14.00 – 15.30 Uhr  
 Do. bis 18.00 Uhr

[www.zist.de](http://www.zist.de) | [www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de) | Facebook

Eli Wadler

## MOSHÉ FELDENKRAIS' ERBE

Fortbildungsreihe für Feldenkrais Practitioner



FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG  
 FORTBILDUNG – SERIE

# MOSHÉ FELDENKRAIS' ERBE

## ● TERMINE & PREIS

Beginn jeweils 18.30 h,  
Ende 14.00 h

**Di., 29.1. – So., 3.2.19**

Ort/Anmeldung: ZIST  
Penzberg Nr. 190150

**Di., 30.7. – So., 4.8.19**

Ort/Anmeldung: ZIST  
Penzberg Nr. 190750

Kursgebühr  
je Workshop 655 €  
zuzüglich Vollpension

## ● KURSBESCHREIBUNG

In dieser Fortbildungsreihe für praktizierende Feldenkrais Lehrer mit Berufserfahrung stellt Eli Wadler sein gesamtes Wissen aus seinen Jahren als Schüler, Assistent und Praxisvertreter von Moshé Feldenkrais zur Verfügung. Sein Unterricht ist zudem von seiner mehr als vierzigjährigen Erfahrung geprägt, in der er die Methode, unter anderem durch die Arbeit mit verschiedenen Lagerungsmaterialien, Rollen und Eibällen, weiterentwickelt hat.

### **Eine Reise in die Kindheit**

Eine Lektion in *Bewusstheit durch Bewegung* ist eine gemeinsame Reise in die spontanen Bewegungsmöglichkeiten, die wir als Kinder hatten. In einer Stunde in *Funktionaler Integration* wird es meist noch intensiver erfahrbar: Manche Bewegungen sind aus unterschiedlichen Gründen (Verletzungen, Krankheiten, einseitige Belastung, Überlastung, langes Sitzen) in Vergessenheit geraten, sie schlummern im Dunkeln. Unsere Rolle als Feldenkrais Lehrer ist es, gleichsam als Spiegel Licht in diese dunklen Bereiche zu bringen, sie zu einer neuen harmonischen Bewegung zu führen und im Körper den Hausfrieden wieder herzustellen.

### **Gruppensitzungen** *Awareness Through Movement (ATM)*

Eli Wadlers Aufmerksamkeit gilt in besonderer Weise dem Erlernen einer optimalen Selbstorganisation, die durch intensive ATM Arbeit verbessert werden soll. Die ATM sind thematisch eng verbunden mit den FI Demonstrationen. Sie gehen manchmal auch ineinander über. So zeigt Eli Wadler während einer ATM, wie eine Bewegung durch die Hände des Practitioners deutlicher und intensiver erlebt oder erlernt werden kann.

### **Einzelbehandlung** *Functional Integration (FI)*

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwerben eine reiche Palette verschiedener FI Techniken und lernen Materialien sinnvoll einzusetzen. Eli Wadlers Akzent auf die Selbstorganisation hat das Ziel, einen non-verbalen Kontakt zum Patienten entstehen zu lassen und während der ganzen FI aufrechtzuerhalten. Durch diesen Dialog können wir erspüren, was unser Patient in jedem Moment der FI braucht, sogar durch die eingesetzten Hilfsmittel hindurch.

### **Supervision**

Die Supervision durch Eli Wadler während der Partnerarbeit ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer integraler Bestandteil dieser Fortbildungsreihe. Durch unermüdliches Beobachten, Begleiten und Helfen wird er jeden dort abholen, wo sie oder er gerade steht. Gelegentlich

begleitet Eli Wadler auch unseren Körper oder unsere Hände bei der Arbeit, um uns zu zeigen, wie ein echter Kontakt, ein Dialog, sich anfühlt.

### **Das Wesen unserer Arbeit**

Das Ziel ist nicht, die Arbeit unseres Lehrers zu kopieren. Jeder von uns hat seine eigene Handschrift, eine eigene Art zu arbeiten, die das Ergebnis sowohl unserer Ausbildung und Praxiserfahrung als auch unserer Lebensgeschichte und unserer Persönlichkeit ist. Es ist jedoch möglich und empfehlenswert, unsere Sprechweise mutiger, unsere Arbeit farbiger, das Unmögliche möglich, das Schwierige leicht und das Leichte angenehm zu machen. So charakterisierte Moshé das Wesen unserer Arbeit.

Dieses Ziel vor Augen achten wir auf zwei zentrale Aspekte unserer Arbeit: Zum einen arbeiten wir an unserer eigenen inneren Haltung. Durch sie wird eine Einzelstunde zu einem für beide Partner anregenden, harmonischen und erfreulichen Tanz und das Potential des Patienten spielerisch erweitert und entfaltet. Zum anderen soll unsere Berührung so achtsam und feinfühlig sein, dass der Patient vor allem seinen eigenen Körper und nicht nur unsere Hände spürt. Persönliche Berührung ist in erster Linie ein beständiges Hinhören. So verwandelt eine Berührung eine Behandlung in eine Lektion.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihren Ausbildungsort sowie das Diplomjahr an.

## ● BIOGRAFIE



**Eli Wadler**, jüngster der zwölf Schüler der ersten Stunde, war jahrelang persönlicher Assistent von Dr. Moshé Feldenkrais. Die Zusammenarbeit mit seinem Lehrer und Mentor sowie seine über vierzigjährige Erfahrung in der eigenen Praxis resultieren in einer ungewöhnlich reichen, eigenständigen, subtilen und genauen Arbeitsmethode. Er etablierte am *Zinman College of Physical Education and Sport Sciences* im *Wingate Institute* die Feldenkrais-Methode, die seitdem in Israel ein eigenständiges Studienfach ist, und war *educational director* der dortigen Feldenkrais Ausbildungen. [www.feldenkrais-wadler.com](http://www.feldenkrais-wadler.com)