

DAGMAR AMMANN



TANZPÄDAGOGIN SBTG DIPL. ASS. SPIRALDYNAMIK®

Spiraldynamik®Kurse 2027 im Tanzstudio Gossau

EINFÜHRUNGSKURSE (EFK) und INTENSIVNACHMITTAGE (ITN)

Spiraldynamik® ist eine dreidimensionale Anleitung für den ökonomischen Gebrauch des Körpers, in bald 25-jähriger Erforschung von Dr.med.Christian Larsen und Physiotherapeutin Yolande Deswarte entwickelt. Die Erkenntnisse beruhen auf Beobachtungen der optimalen Koordination beim Kleinkind sowie dem Wissen um die Spirale im Weltall, in der DNS-Struktur des Menschen, der Spirale in einem Wassersog, Schneckenhäuser, Efeu wächst spiralförmig etc. So ist es nicht weiter verwunderlich, dass auch im menschlichen Körper diese spiralförmigen Verschraubungen zu finden sind und diese stark für Stabilität und Flexibilität sorgen. Die Folge von unkoordinierten und einseitigen Bewegungsmustern können Abnützungs- und Verschleisserscheinungen sowie Verspannungen und Schmerzen verursachen.

Die Zusammenhänge der einzelnen Körperteile werden oft unterschätzt; eine Erhöhung der Sensibilität und des Gleichgewichtes, sprich ökonomisches Zusammenspiel aller Körperteile bürgen für Bewegungsqualität.

EINFÜHRUNGSKURSE (EFK) 310.-sFr. Wochenende

Gedankengut und Grundkenntnisse der Spiraldynamik, neue Ideen zur Körperarbeit erkennen. Arbeit an Modelliermasse, Skelett und Mensch.

INTENSIVNACHMITTAGE (ITN) 95.-sFr. Mal

Teilnahme möglich nach Absolvierung eines EFK bei Dagmar Ammann (Farbachsenkenntnisse erforderlich). Ist die Anmeldung eingegangen, gilt sie als definitiv und verpflichtet zur Zahlung; Abmelden oder Nichterscheinen eingeschlossen

Sa.13.März 27 GESICHT, KIEFER	Sa.12.Juni 27 HALSWIRBEL
Sa.18.Sept.27 SCHULTER	Sa.27.Nov.27 ELLBOGEN

Differenzierte Vertiefung des Themas jeweils von 14.30 – 17.30 h
Weitere Kurse, Vorträge und Spezialarrangements auf Anfrage.

Kursinhalte und Ziele:

1. Die Auseinandersetzung mit dem Körper, der immer Geist und Psyche miteinschliesst, ist eine Lebensaufgabe und der menschlichen Entwicklung und Dynamik unterworfen.
2. Haltungsschwächen und Beweglichkeitsdefizite entdecken lernen sowie das Know-how zum Korrigieren und Integration in den Alltag.
3. Spezialisierung:
Die Kurse sind aufgebaut auf „Dagmar Ammann's“ 4 farbiger 3 Dimensionalität (1-2-3 Dimensional/rot-blau-grün-gelb-Dynamik).
Erlebnis- und Entdeckungsreise der „4 Wände im Raum“ verbunden mit den eigenen „3 Achsen im Körper“. „Achsensehen“, -fühlen, erleben und sich führen lassen.

Mitnehmen: Bequeme Bewegungskleidung, Schreibzeug, Mittagsimbiss.

Wenn kein Gegenbericht, findet der Kurs statt.

Anmeldung ab sofort.

Spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn an untenstehende Privatadresse.

Der Kursplatz gilt bei Bezahlung als reserviert.

Bitte via Bank oder Postgiro auf PC 90-10480-5 einzahlen.

- Bei Abmeldung bis eine Woche vor Kursbeginn werden Fr.160.- verrechnet,
- bei noch späterer Abmeldung oder Nichterscheinen Fr.310.- ausser es wird eine Ersatzteilnehmerin gestellt.

NAME	VORNAME	ADRESSE	PLZ, ORT	TELP.	TELG.	BERUF	GEB.DATUM	DATUM	UNTERSCHRIFT
EFK Sa.09.01.27	So.10.01.27	ITN Sa.13.03.27	Kopf, Ges. Kief.	ITN Sa.12.06.27	Halswirbel	ITN Sa.18.09.27	Schulter	ITN Sa.27.11.27	Ellbogen

EINFÜHRUNGSKURS 2027
SA.09.JANUAR 2027 14⁰⁰h - 19⁰⁰h
SO.10.JANUAR 2027 10⁰⁰h - 17⁰⁰h

www.tanzstudiogossau.ch