

# Das Tuning Board

## Tanz mit der Schwerkraft



**Wir brauchen die Funktion der Propriozeption und der damit verbundenen verkörperten Merkmale wie Balance, Erdung, Zentrierung und Orientierung, um uns in der Welt sicher zu fühlen. Dadurch wird vertikale Integration möglich.**

**- Darrell Sanchez**

Das Tuning Board ist es ein wirkungsvolles somatisches Werkzeug. Es bietet eine sich sanft bewegende instabile Fläche, die das **propriozeptive und vestibuläre System** stimuliert. Die hervorgerufenen Bewegungen dringen schnell in die tiefsten Bereiche des Nervensystems vor.

Diese Bewegungen bieten das Tor zu den gespeicherten Informationen in den dissoziierten oder erstarrten Arealen des Körpers. Einen Kontakt zu diesen Informationen zu bekommen, ist essentiell um unsere Verkörperung transformieren zu können, hin zu mehr **Kohärenz, Resilienz und besserer Selbstregulierung.**

Wer die Arbeit auf dem Tuning Board mit allen Feinheiten und im Detail kennen lernen möchte, kann sich jetzt auf eine **Kursreihe (bis Level 6) mit Abschlusszertifikat** freuen:

<b>2020</b>	<b>12. - 14.06.</b>	Modul 1 (Einführung) in Hamburg
	<b>28. - 30.06.</b>	Modul 2 (Reflexsystem) in Berlin
	<b>30.11. - 02.12.</b>	Modul 3 (Becken) in Berlin
<hr/>		
<b>2021</b>	<b>26.- 28.03.</b>	Modul 1 (Einführung) in Hamburg, Kursleitung Stefanie Bergold und Racheporn Sangkasaad-Taal
	<b>14.-16.05.</b>	Modul 2 (Reflexsystem) in Hamburg
	<b>21.-23. 05.</b>	Modul 4 (Vagus) in Berlin
	<b>26.-28.11.</b>	Modul 5 (Nacken) in Hamburg

Nach dem Besuch der ersten beiden Module, können alle Weiteren (Modul 3-6) in beliebiger Reihenfolge besucht werden. Kurs aus CH und NL werden anerkannt. Diese Seminare sind ausschließlich für Somatic Experiencing Practitioners.



**Dr. Darrell Sanchez** ist lizenziertes Körperpsychotherapeut, Certified Advanced Rolfer®, Rolfing Movement Practitioner, Cranio-Sacral Therapeut, Somatic Experiencing Practitioner®, professioneller Tänzer und Tanzlehrer. Er bietet ein Erfahrungswissen von über 40 Jahren als Lehrer in der Bewegungs- und Heilkunst. Die Erfindung des Tuning Boards gehört mit zu seinem kreativen Wirken.

Weitere Informationen unter [www.tuningboard.org](http://www.tuningboard.org)

„Das Tuning Board ist eine brillante Erfindung, die jede Art von somatischer Arbeit bereichert, vor allem SE. Direkt von Darrell Sanchez etwas über die vielseitigen Einsatzmöglichkeiten des Tuning Boards zu erfahren, ist eine großartige Chance, die eigenen klinischen Fähigkeiten zu erweitern.“

- Dr. Peter Levine

**Jetzt anmelden für:  
Einführungskurs (Level 1) Hamburg  
12. – 14. Juni 2020**

Yoga im Hof  
Beethovenstrasse 42 - 22083 Hamburg

**Reflexsystem (Level 2) Berlin  
28. – 30. Juni 2020**

(Sonntag-Dienstag)

Buddhistisches Zentrum Lotus Vihara  
Neue Blumenstrasse 5 - 10179 Berlin

**Preis:** 520 € pro Kurs

**Kurszeiten:** täglich von 10:00 – 13:00 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr  
jeweils letzter Tag 10:00 – 13:00 und 14:30 – 16:30 Uhr

- Der Kurs Reflexsystem (Level 2) in Berlin ist nur für TeilnehmerInnen zugänglich, die bereits einen Einführungskurs (Level 1) bei Darrell Sanchez absolviert haben.
- Die Seminarsprache ist Englisch und wird ins Deutsche übersetzt von **Sylvia Autenrieth** in Hamburg und **Brigit Meyer** in Berlin.
- Unterkunft und Verpflegung sind im Seminarpreis nicht inbegriffen und müssen von den TeilnehmerInnen selbständig gebucht werden.

**Anmeldung per E-Mail an [tuning-board-org@gmx.de](mailto:tuning-board-org@gmx.de)**

Bitte Kursort, Kursdatum, Name, Adresse und Telefonnummer angeben.

**Anmeldeschluss: 01. Mai 2020**

Die Seminarplätze werden in der Reihenfolge des Zahlungseingangs vergeben.

Eine Stornierung ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich. Der eingezahlte Betrag wird dann abzüglich einer Stornogebühr von 50 € zurück erstattet. Bei späterer Abmeldung wird die volle Seminargebühr fällig, wenn kein(e) ErsatzteilnehmerIn gefunden wird (auch bei Krankheit gültig).  
Etwaige Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen. Bei ungenügender Teilnehmerzahl behalten wir uns das Recht vor, das Seminar abzusagen und verpflichten uns, die volle Seminargebühr zurück zu erstatten.  
Die Teilnahme am Seminar geschieht auf eigene Verantwortung und eigenes Risiko. Der Workshop dient als Lern- und Selbsterfahrung und kann keine medizinische oder therapeutische Intervention oder Behandlung ersetzen.

**Organisationsteam:**

**Nicole von Blume (Berlin)**

**Stefanie-Ellen Bergold (Hamburg)**

