

Tuning Board Seminare

mit Dr. Darell Sanchez im Mai 2023 in Berlin

„Das Tuning Board wirkt als Verstärker und Katalysator, um das Innewohnende sich entfalten zu lassen. Die Bewegung, die sich auf dem Tuning Board zeigt, ist eine natürliche und liebevolle Bewegung. Der tiefste Teil unseres Nervensystems wird liebkost.“



„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 -

„Tanz mit der Schwerkraft“

Die Einführung in die Arbeit mit dem Tuning Board

mit Dr. Darrell Sanchez

am 20. - 22. Mai 2023 in Berlin

Unser Überleben hängt davon ab, richtig abschätzen zu können, ob unser inneres und äußeres Umfeld Gefahr birgt oder sicher ist.

Die Wahrnehmung unseres propriozeptiven Systems hilft uns, angemessen zu reagieren, so dass unsere Gesundheit und unser Wohlergehen gesichert sind.

Die Spuren von Traumata, Stress und Konditionierung wirken sich auf unsere angeborenen Überlebensmechanismen aus. Das beeinträchtigt unser Urvertrauen und unser Selbstgefühl.

Das Tuning Board 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 hin zu besserer Selbstregulierung, mehr Kohärenz und Resilienz transformieren zu können.**

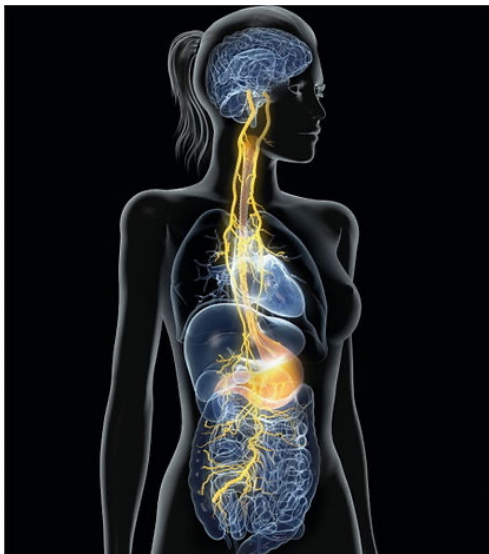
„Den Vagusnerv und seine Umgebung erfahren“

mit Dr. Darrell Sanchez
am 27. – 29. Mai 2023 in Berlin

Bedingung: Vorherige Teilnahme an einem Tuning Board Einführungsseminar

Der Vagusnerv ist in den Heil- und Bewegungskünsten zu einem wichtigen Fokus geworden.

Von Yoga bis zur Traumabewältigung hat das Werk von Stephen W. Porges über die Polyvagal-Theorie die Arbeit vieler therapeutisch Tätiger verändert.



Das Tuning Board hat sich als wirksames somatisches Bewegungstool erwiesen, das zeigt, in welchem Zustand wir uns jeweils befinden im Hinblick auf das, was Prof. Dr. Porges als **die fünf physiologischen Zustände der psychologischen Funktion** benannte. Diese Zustände werden wir ermitteln und spielerisch erkunden, während wir ein zunehmend feineres **Gespür für den Vagus entwickeln**.

Dr. Darrell Sanchez ist lizenziertes Körperpsychotherapeut, Certified Advanced Rolfer®, Roling 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

Organisation: Nicole von Blume, Kranoldplatz 7, 12051 Berlin
Telefon 030 – 30 34 08 32

Anmeldung: **bitte per Email an tuning-board-org@gmx.de**
Bitte Kursname, Kursdatum und Name, Adresse und Telefonnummer angeben

Seminarort: **Iyengar Yoga Studio**
Oranienstrasse 163
10969 Berlin

Seminarsprache: Englisch, wird bei beiden Seminaren von Silvia Autenrieth ins Deutsche gedolmetscht.

Kosten: 520,- Euro pro Kurs

Seminarzeiten: Einführungsseminar: täglich von 10:00 – 13:00 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr
„Vagus“-Seminar: täglich 10:00- 13:00 Uhr und 15:00 – 18:30 Uhr.
je letzter Tag bei beiden Seminaren: 9:30 – 12:30 Uhr und 14:00 bis 16:00 Uhr

Unterkunft und Verpflegung sind im Seminarpreis nicht inbegriffen und müssen von den Teilnehmer*innen selbstständig gebucht werden.

Die Teilnehmerzahl in den Seminaren ist begrenzt. Die Seminarplätze werden in der Reihenfolge des Zahlungseingangs der Anmeldegebühr vergeben.

Bezahlungsmodalitäten Workshop

Eine Anmeldegebühr in Höhe von € 70 ist mit Anmeldung fällig und entspricht einer Anzahlung auf die Teilnahmegebühr. Der Teilnahmeplatz ist mit Zahlungseingang der Anmeldegebühr verbindlich gebucht. Die Restzahlung der Teilnahmegebühr (€ 450) ist spätestens 4 Wochen („Einführungsseminar“: 22.4.23, „Den Vagusnerv und seine Umgebung erfahren“: 29.4.23) vor jeweiligem Kursbeginn erforderlich.

Kontodaten für die Überweisung:

Nicole von Blume
GLS Bank
IBAN: DE 81 4306 0967 1121 8742 00
Verwendungszweck : Kursname und Name der Teilnehmer*in

Eine Stornierung ist bis 4 Wochen vor Kursbeginn möglich. Der eingezahlte Betrag wird dann abzüglich einer Stornogebühr von 70,- Euro zurückerstattet. Bei späterer Abmeldung wird die volle Seminargebühr fällig, wenn kein(e) Ersatzteilnehmer*in gefunden wird. Dies ist auch bei Krankheit gültig. Etwaige Versicherung ist Sache der Teilnehmer*innen. Mit der Anmeldung werden die Vertrags- und Rücktrittsbedingungen akzeptiert.

Bei ungenügender Teilnehmer*innenzahl behalte ich mir das Recht vor, das Seminar abzusagen und verpflichte mich, die volle Seminargebühr zurück zu erstatten. Die Teilnahme am Seminar geschieht auf eigene Verantwortung und eigenes Risiko. Das Seminar dient als Lern- und Selbsterfahrung und kann keine medizinische oder therapeutische Intervention oder Behandlung ersetzen.