

Workshop Franklin-Methode®

## Bilder machen beweglich in Körper und Geist

Einführung in die Franklin-Methode®



Die Franklin-Methode® ist eine einzigartige Synthese aus Imagination, Bewegung und erlebter Anatomie. Durch das Verstehen einfacher anatomischer Abläufe können Sie erkennen, wie der Körper aufgebaut ist und funktionieren sollte und gleichzeitig Ihr Körperbewusstsein verbessern. Auf dieser Basis aufbauend, kann der Körper mit Hilfe von inneren Bildern "neu programmiert" und ungünstige Haltungs- und Bewegungsmuster durch optimale neue Muster ersetzt werden. Damit kann der Kraft- und Energieaufwand in der Bewegung reduziert werden. Die Franklin-Methode® arbeitet mit Bildern und Berührung, also mit Dingen, die nichts kosten und die wir immer dabei haben. Das Bild erinnert den Körper daran, wie er richtig funktionieren soll. Dabei werden alle Sinne und die Intuition eingesetzt.

### In diesem Kurs lernen Sie

- durch bewusstes Wahrnehmen des Körpers ungeeignete Haltungs- und Bewegungsmuster aufzudecken und durch neue zu ersetzen
- wie mit Franklin-Bällen Haltung und Gleichgewicht verbessert werden können
- Bewegung, die Spaß macht und die Lockerheit in Alltagsbewegungen beizubehalten.

### Zielgruppe:

Die Methode eignet sich für Menschen, die ein Leben lang gesund bleiben wollen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, jung oder alt – jeder kann die Franklin-Methode® erlernen und jederzeit und überall anwenden.

### Termine und Arbeitszeiten (Raum München):

- 20.03.2011, 10:00 bis 17:00 Uhr
- 03.07.2011, 10:00 bis 17:00 Uhr
- 06.11.2011, 10:00 bis 17:00 Uhr

**Ihre Investition:** € 129,- inkl. MwSt.

## Fax für Ihre Antwort: 08121 222 701

Bitte füllen Sie die Anmeldung aus und senden uns diese per Post oder Fax. Wir senden Ihnen eine Anmeldebestätigung, die Anmeldung wird mit dieser Bestätigung verbindlich. Wir informieren Sie umgehend, sollten keine Plätze mehr frei sein.

### Entspannungsakademie®

Christine Matheja - Entspannungstechniken

Anzinger Strasse 10a, 85586 Poing

Telefon: 08121 222 702

Telefax: 08121 222 701

christine.matheja@entspannungsakademie.de

### Anmeldung:

Workshop Franklin-Methode®

## Bilder machen beweglich in Körper und Geist

Einführung in die Franklin-Methode®

Termin/Ort

Vorname/Name

Position/Abteilung

Firma

Straße

PLZ/Ort

Telefon / Telefax

Email

Datum

Unterschrift

### Anmeldebedingungen

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie die Anmeldebestätigung. Die Veranstaltungsgebühr ist nach Erhalt der Rechnung zu begleichen. In der Veranstaltungsgebühr sind Erfrischungsgetränke, Pausensnacks, Dokumentation und eine Teilnahmebescheinigung enthalten. Wird die Anmeldung später als zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn storniert, werden 50%, bei Absagen innerhalb einer Woche vor Veranstaltungsbeginn 100% der Teilnahmegebühr berechnet. Bei Nichterscheinen bleibt die Verpflichtung zur Zahlung der vollen Teilnahmegebühr bestehen.

Selbstverständlich akzeptieren wir einen Ersatzteilnehmer. Wir behalten uns vor die Veranstaltung bis 1 Woche vor Start wegen z.B. geringer Teilnehmeranzahl abzusagen.

Körperliche Anforderungen: Mit der Anmeldung erklärt der Teilnehmer, den durch die Teilnahme entstehenden körperlichen Anforderungen gewachsen zu sein. Der Teilnehmer verpflichtet sich, während der Veranstaltung eine eintretende Leistungsschwäche unverzüglich dem Veranstaltungsleiter anzuzeigen.

Haftung: Der/die Teilnehmer sind für sich selbst und ihre Handlungen innerhalb des Kurses verantwortlich.