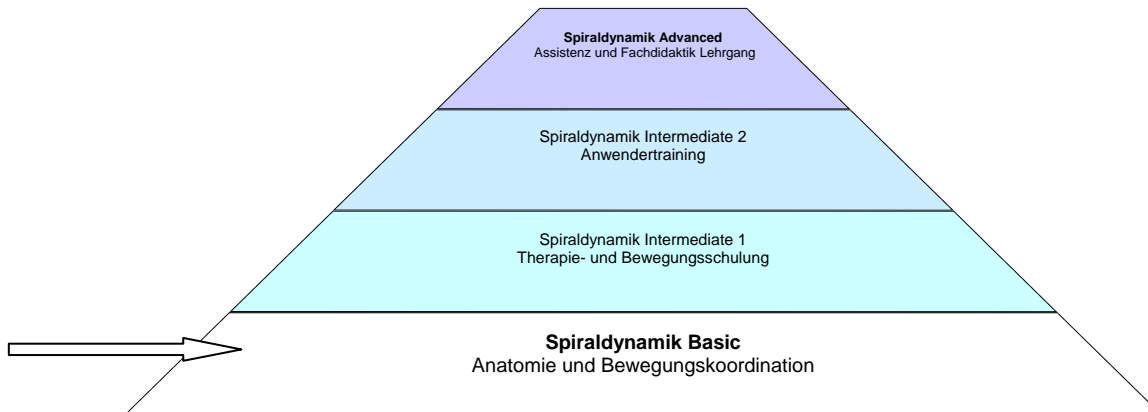


# Konzept Spiraldynamik® Basic

## Anatomie und Bewegungskoordination

### Ausbildungsübersicht



### Die Spiraldynamik Ausbildung steht für eine anatomisch fundierte Vermittlung von Bewegungskoordination in Therapie und Bewegungspädagogik.

Die Grundlage im Lehrgang Spiraldynamik Basic stellt die anatomische Form dar, aus der sich exakt und nachvollziehbar Bewegungskoordination definieren lässt. Theorie verstehen und in der praktischen Arbeit am eigenen Körper umzusetzen bildet den 1. Schritt im Spiraldynamik-Ausbildungskonzept.

Der Lehrgang Spiraldynamik Intermediate 1 vertieft die Qualifikationen in Therapie und Bewegungsschulung. Mit den Basiswerkzeugen aus dem Basic Lehrgang arbeiten zu lernen und sie individuell und zielgerichtet einzusetzen bildet den 2. Schritt im Spiraldynamik Ausbildungskonzept.

Der Lehrgang Spiraldynamik Intermediate 2 dient dazu, das Wissen und Verständnis von Bewegung kreativ in andere Disziplinen umzusetzen, z.B. in der Massage oder in der Wasserarbeit. Die anatomisch sinnvolle Bewegung ist das verbindende Element und der 3. Schritt im Spiraldynamik-Ausbildungskonzept.

Der Spiraldynamik Lehrgang Advanced beinhaltet eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Weitervermittlung der Spiraldynamik für professionelle AnwenderInnen und gibt einen fundierten Einblick in die Kunst des Unterrichtens.

#### 1 Ziel

Der Lehrgang Spiraldynamik Basic vermittelt praxis- und anwenderbezogenes Wissen und Eigenwahrnehmung zum Thema Gesundheitsförderung und -vorsorge durch anatomisch richtige Bewegung. Gesundheitsförderung umfasst Therapie, Prävention, Training und Alltag. Dieses Ziel ist erreicht, wenn:

- die anatomisch begründeten Bewegungsprinzipien verstanden werden
- Bewegung im eigenen Körper dreidimensional wahrgenommen wird
- Veränderungen von Haltungs- und Bewegungsmustern stattfinden können
- eine selbständige und kreative Integration der Bewegungsprinzipien in das persönliche und professionelle Leben möglich wird

## 2 Zielgruppen

- **Medizin, Therapie**  
Medizin, Physio- und Ergotherapie (und andere Körpertherapien auf Anfrage)
- **Komplementärtherapie**  
Massage, Watsu, Shiatsu, Rolfing etc.
- **Pädagogik und Bewegungstraining**  
Kindergarten, Schule, Gymnastik, Sport, Yoga, Qi Gong, Tai Chi, Feldenkrais, etc.
- **Kunst und Ausdruck**  
Tanz, Schauspiel, Gesang, Musik, etc.

## 3 Voraussetzungen

Die Teilnahme an einem Einführungskurs wird nicht vorausgesetzt, bietet nebst einem umfassenden und in sich abgeschlossenen Überblick aber eine gute Unterstützung zur Entscheidung ob der Lehrgang Basic ein nächster Weiterbildungsschritt sein kann.

Für zielgruppenspezifische Kurse ist ein Berufsdiplom aus der jeweiligen Sparte Voraussetzung.

Der fachübergreifende Ansatz der Interdisziplinären Kurse ist für Menschen konzipiert, die sich aus professionellen und persönlichen Gründen intensiv mit Bewegungswahrnehmung und Koordination auseinandersetzen. Vertreter aus verschiedenen pädagogischen, therapeutischen und künstlerischen Bereichen finden zusammen. AutodidaktInnen aus dem Bewegungsbereich sind in diesen Kursen herzlich willkommen.

## 4 Kursinhalt

Die ersten zwei Tage dienen dem Erkennen eigener Haltungs- und Bewegungsmuster und dem Kennenlernen grundlegender Bewegungs-, Therapie- und Trainingsprinzipien: Polführung, Bewegungseinheiten, Symmetrieverhalten, Struktur und Funktion, evolutionsgeschichtliche und embryologische Entwicklungsaspekte, Grundzüge der Gesamt-Körper-Koordination.

Die Kurstage sind jeweils einem Schwerpunkt gewidmet: Kopf, Becken, Wirbelsäule, Brustkorb, untere Extremitäten und obere Extremitäten. Eigenwahrnehmung, Anwendung und Praxisbezug stellen während des ganzen Lehrgangs Schwerpunkte dar. Die letzten Kurstage behandeln die dreidimensionale Bewegungskoordination des menschlichen Körpers als dynamische Einheit. Den Abschluss bilden Kursrepetition, spezifische Anwendungen und gemeinsame Schlussevaluation.

Aufschlüsselung der inhaltlichen Kursmodule gemäß Kursformat:

Der Lehrgang besteht aus 15 - 16 Kurstagen (ca. 112 Unterrichtsstunden). Es bestehen drei verschiedene Formate:

Inhalt	8 x 2 Tage (Sa-So)	4 x 4 Tage (Do-Mo)	3 x 5 Tage (Mo-Fr)
<b>Bewegungsprinzipien</b>	Tag 1	Tag 1	Tag 1
<b>Therapieprinzipien</b>	Tag 1	Tag 1	Tag 1
<b>Trainingsprinzipien</b>	Tag 1	Tag 1	Tag 1
<b>Becken und LWS</b>	Tag 2	Tag 2	Tag 2
<b>Kopf und HWS</b>	Tag 3	Tag 3	Tag 3
<b>Thorax &amp; BWS</b>	Tag 4	Tag 4	Tag 4
<b>Stamm</b>	Tag 5	Tag 5	Tag 5
<b>Hüfte</b>	Tag 5-6	Tag 5-6	Tag 6
<b>Fuß</b>	Tag 7	Tag 7	Tag 7
<b>Knie, Bein</b>	Tag 8	Tag 8	Tag 8
<b>Schulter</b>	Tag 9-10	Tag 9-10	Tag 9-10
<b>Hand</b>	Tag 11	Tag 11	Tag 11
<b>Ellbogen, Arm</b>	Tag 12	Tag 12	Tag 12
<b>Ganzkörper</b>	Tag 13-14	Tag 13-14	Tag 13-14
<b>Repetition &amp; Evaluation</b>	Tag 15-16	Tag 15-16	Tag 15

## 5 Methodik

Methodisches Ziel:

Anatomie **Sehen**

Bewegungskoordination **Verstehen**

Bewegung **Erkennen**

Persönlich und professionell **Anwenden**

Folgendes Grundschema steht für die inhaltliche Struktur:

- **Einführung in den thematischen Schwerpunkt**
- **Dynamik der Knochen**  
Modellieren ist Formgebung durch Bewegung. Skizzen spiegeln innere Bilder. Beobachtung am Skelett führt zu selbständigem Forschen. Knöcherne Referenzpunkte sind Orientierungshilfen für die Praxis.
- **Eigenwahrnehmung**  
Schwerpunkte dieser praktischen Arbeit bilden Dreidimensionalität und Dynamik, Strukturwandel durch konstruktive Mobilität und Stabilität im Gleichgewicht.
- **Dynamik der Muskeln**  
Kennenlernen spiraliger Leitmuskeln und axialer Muskelsysteme. Nachvollzug der Anatomie durch einfaches Konstruieren. Erleben der muskulären Impulszentren.
- **Bewegungskoordination**  
Diese praktische Arbeit umfasst Mobilität und Stabilität, Gleichgewicht und Ökonomie. Sie schafft Bezüge zu Therapie, Training und künstlerischer Ausdruckskraft. Einfache und komplexe Bewegungsabläufe werden erforscht. Die Bewegungsbeispiele werden auf den gemeinsamen professionellen Hintergrund abgestimmt.
- **Bewegungssequenzen**  
Sie sind Bestandteil eines Kurstages und erfolgen zum Tagesbeginn oder als Ausgleich nach sitzender und vorwiegend theoretischer Arbeit.

*Hinweis:*

*Zwischen den einzelnen Kursteilen bleibt Zeit für selbständige Anwendung, Experiment und Integration.*

## 6 Kursleitung

Alle unsere Kurse werden von ausgebildeten Spiraldynamik Lehrkräften durchgeführt.

## 7 Begleitende Informationen

- **Kurstage:** 15 oder 16 Tage über die Dauer von ca. 1 Jahr .
- **Teilnehmerzahl:** max. 24 TeilnehmerInnen
- **Lehrmittel:**
  - Skript
  - Lehrbuch zum Neuen Denkmodell der Physiotherapie - Band 1 Bewegungssystem (Hüter-Becker, Betz, Heel – Thieme Verlag).
  - Skelettmodell

## 8 Zertifikat

Bei einer Teilnahme von mindestens 90 Prozent der Kurseinheiten erhalten die Teilnehmenden das Basic Certificate. Dieses ist privatrechtlicher Natur – es dürfen davon keine Rechte zur Ausübung von Diagnose und Therapie abgeleitet werden.

Das Zertifikat **berechtigt** zu:

- Namentliche Integration – ohne Werbecharakter – der Spiraldynamik in die persönliche Tätigkeit.
- Die Verwendung im Internet – ohne Werbecharakter – bedingt die Einrichtung eines Links zur Website [www.spiraldynamik.com](http://www.spiraldynamik.com)
- Nutzung des Angebotes für *Insider*
- Teilnahme an Spiraldynamik Fortbildungsveranstaltungen

Das Zertifikat **berechtigt nicht** zu:

- Benutzung der Marke Spiraldynamik® und des offiziellen Logos für Werbezwecke
- Repräsentation der Spiraldynamik in Form von Vorträgen, Kursen usw.
- Ausstellung von Zertifikate im Zusammenhang mit Spiraldynamik

*Hinweise: Die Grenze zwischen zulässigem und nicht zulässigem Gebrauch verläuft zwischen Information und Werbung. Hierzu einige Beispiele: In der Ausschreibung kann Spiraldynamik erwähnt sein, aber nicht im Titel. Auf der Internetseite erwähnen, aber nicht als Begriff auf erster Ebene. Bei Inseraten darf nicht der Eindruck entstehen, es handle sich um Spiraldynamik Kurse, Trainings oder Beratungen.*

*Wir empfehlen für Bewegungsarbeit und -unterricht eigene Namen zu finden. z. B. Wirbelsäulengymnastik, Beckenbodentraining etc. Die Spiraldynamik wird im Lebenslauf erwähnt und beschreibt den professionellen Hintergrund des Therapeuten oder Pädagogen.*

*Nicht erlaubt ist Spiraldynamik Wirbelsäulengymnastik, oder Wirbelsäulengymnastik nach spiraldynamischen Gesichtspunkten.*

## 9 Weiterbildung

Mit dem Spiraldynamik Basic 1 Certificate haben sie die Möglichkeit entweder die Spiraldynamik in Form von themenspezifischen Fortbildungen weiter zu vertiefen und / oder Sie entscheiden sich, die Ausbildung fortzusetzen.

### Fortbildungen

Sie sind der Grundstein für berufliche Weiterentwicklung. Aktueller Wissensstand und wirkungsvolle Qualitätssicherung sowie fachübergreifende und persönliche Kontakte sind Sinn und Zweck der Fortbildung.

Regelmässige 1-3-tägige Fortbildungen:

- Themenzentrierte Fortbildung
- Refresherkurse
- Jahreskongress
- Kurzfortbildungen

### Ausbildung

Der nächste Schritt: **Lehrgang - Spiraldynamik Intermediate 1** mit den Schwerpunkten Therapie und Bewegungsschulung: Fünf Tage intensive Körperarbeit in einer Kleingruppe.

Schwerpunkte des Lehrgangs bilden Präzision, Vertiefung und Anwendung. Handgriffe und Bewegungsgefühl werden perfektioniert, Problemlösungen in Therapie und Training erarbeitet.

## 10 Wort- und Bildmarke

Wort- und Bildmarke der Spiraldynamik® sind als Produkt- und Dienstleistungsmarke international geschützt. Eine Nutzung der Wort- oder Bildmarke ohne Berechtigung ist nicht erlaubt und zieht juristische Konsequenzen nach sich.