

1. Spiraldynamik® Signature Treatment

Das «Spiraldynamik® Signature Treatment» – ist eine Stretch- und Flow-Massage bestehend aus 43 Sequenzen. Präzise Grifftechnik, natürliche Abfolge mit fließenden Übergängen, Flow-Erlebnis mit Tiefenwirkung.

Für **KlientInnen** dauert die Reise durch den eigenen Körper 75 Minuten, danach fühlen sie sich lebendig, ausgeglichen und manchmal wie neugeboren. Das Signature Treatment beginnt mit Spiral- und Wellenbewegungen in den Füßen. Aufsteigend, wird von unten nach oben zunächst eine Körperseite massiert und durchbewegt, dann die andere Seite. Abgesehen vom Lagewechsel (Rücken- und Seitenlage) sowie Feedback bezüglich der Behandlungsintensität bleibt der Klient entspannt. Die Intensität der Behandlung kann situativ von ganz gentle bis sehr intensiv angepasst werden.

Aus **Therapeutensicht** ist die Aufrechterhaltung eines konstanten Bewegungs- und Behandlungsrhythmus von zentraler Bedeutung: Der bewusste Körpereinsatz während der Massage verbessert die Behandlungseffizienz und die Arbeitstechnik, schont die eigenen Gelenke und ermöglicht dem Klienten eine hohe Erlebnisintensität mit nachhaltiger Tiefenwirkung.

Neben erprobter Mobilisierung mittels Spiral- und Wellenbewegungen steht die neu entwickelte «Stretch & Glide»-Technik im Zentrum der Übungspraxis: Muskeln und Faszien werden manuell in Längs- oder Querrichtung bearbeitet, während die Strukturen exzentrisch verlängert werden. Neben Stretch & Glide gibt es andere Hands-on -Entwicklungen, welche den Körper von Kopf bis Fuss durchbewegen und dem Klienten ein neues Körperbewusstsein vermitteln. Das Spiraldynamik «Signature Treatment» ist die vielleicht wichtigste Innovation seit der Erfindung der Spiraldynamik Körperarbeit vor über zehn Jahren.

Die **medizinische Wirksamkeit von Massage** erlebt derzeit eine wissenschaftliche Renaissance. Zu den klassischen Wirkelementen gehören Querfriktion des Bindegewebes, Down-Regulierung des Muskeltonus, dreidimensionales Durchbewegen der Gelenke, Durchblutungsförderung, Aktivierung des Vagus-Nervensystems sowie Tiefenentspannung mit Ausgleich des psychischen Wohlbefindens (siehe auch E-Lernstrecke – Vortrag Dr. med. Christian Larsen).

2. Kursleitung

Christian Larsen, Arzt

«Spiraldynamik Signature Treatment – und plötzlich fühlst du dich in deinem Körper zu Hause. Einfach gut!»

Christian Larsen ist Arzt, Forscher, Senator h.c. und Bestsellerautor. In jungen Jahren führten ihn ethnomedizinische Studienreisen nach Indien, Japan, Tibet, China, Alaska und in die Sahara. Fasziniert von der menschlichen Bewegung lernte er verschiedenste Massage-Techniken und Behandlungen kennen: Shiatsu, Tuina Massage, Seitai, Qi Gong, Rolfing, klassische Massage, heilende Hände, Thai Massage. Vor fünfzehn Jahren entwickelte er zusammen mit Willi Schneider die Spiraldynamik «3-D Körperarbeit» (Literatur: Larsen C; Schneider W: Spiraldynamik: 3-D Körperarbeit, Thieme, 2007). Während der letzten zehn Jahre entwickelte er die Spiraldynamik Körperarbeit & Massage systematisch weiter, die letzten beiden Jahre im intensiven Austausch mit den beiden Spiraldynamik-Massage Fachspezialistinnen Marianne Artz und Yvonne Müller-Rohrer.

Yvonne Müller-Rohrer, Körpertherapeutin

«Eine wunderbare Körperarbeit, bei der Massage- & Bewegungsimpulse aus dem eigenen Körper fließend auf den des Klienten übertragen werden. Es entsteht eine Verbundenheit ähnlich einem Tanz, der den Körper wieder ins Lot bringt.»

Yvonne Müller-Rohrer ist Körpertherapeutin, Bewegungspädagogin BGB und z.Z. in Ausbildung zur Spiraldynamik Dozentin. Während ihrer Ausbildung zur Bewegungspädagogin und Körpertherapeutin lernte sie verschiedene Massage-Techniken (u.a. klassische Massage, Fussreflexzonen-Massage, Bindegewebe-Massage, Lymphdrainage & Ödemtherapie) und befasste sich anschliessend intensiv mit der Wasserarbeit (WasserShiatsu, Ai Chi, Aqua Yoga, Wasserarbeit mit Schwangeren). Yvonne arbeitet seit 6 Jahren am Spiraldynamik Med Center und bietet in Luzern und in Zürich die Spiraldynamik Körperarbeit/Massage an. Mit dem Wunsch, konkreter und effizienter auf die Bedürfnisse ihrer KlientInnen eingehen zu können und gleichzeitig den eigenen Körper funktionell richtig und achtsam einzusetzen, trat sie an Christian Larsen heran. Aus dieser Zusammenarbeit entwickelte sich das Spiraldynamik Signature Treatment.

3. Assistenz

Eva Jenny, Sportwissenschaftlerin & med. Masseurin

«Signatur Treatment verleiht der klassischen Massage neue Dimensionen. Die Behandlung ist bewegter und abwechslungsreicher – eine richtig spannende Körperexpedition. Als Therapeutin erfahre ich viel über den Körper des Kunden und kann dementsprechend gezielte Übungen oder Tipps für im Alltag mitgeben.»

Eva Jenny ist studierte Sportwissenschaftlerin mit Schwerpunkt Prävention und Rehabilitation, medizinische Masseurin, Pilates und TRX-Instruktorin und seit 6 Jahren die Spiraldynamik in allen Bereichen am Integrieren. Im letzten Herbst hat sie die Spiraldynamik Fachkraft Intermediate Prüfung absolviert und ist nun auf dem Weg zum Level Advanced. Sie arbeitet seit 2014 in ihrem eigenen Studio in Langenthal, hat zwei Kinder im Alter von 5 und 7 Jahren und einen tollen Mann. Sie liebt die Natur - sei es auf Joggingrunden, Wandertouren oder im eigenen Garten.

Martin Pielok, Physiotherapeut

„Das Spiral- und Wellenprinzip von Fuss bis Kopf am eigenen Körper zu erfahren hat mich persönlich und beruflich weitergebracht.“

Martin Pielok ist an Inhalten interessiert, die Haltung und Bewegung qualitativ verbessern. Er ist der Überzeugung, dass sensorische Erfahrungen der Schlüssel zur nachhaltigen Veränderung von gewohnten Haltungs- und Bewegungsmustern sind. Der Unterschied, der sich nach einer Behandlung einstellt, kann der Anfang für ein neues Körperbewusstsein sein.

Er ist seit 10 Jahren im Unternehmen Spiraldynamik® als Physiotherapeut aktiv tätig und absolviert aktuell die Dozentenausbildung der Spiraldynamik® Akademie. Mittlerweile leitet er drei Praxis-Standorte mit dem Schwerpunkt Spiraldynamik®-Therapie.

4. Therapeutin für Einzelsitzungen

Marianne Artz, Physiotherapeutin

«Den Raum in Achtsamkeit betreten, gemeinsam über die Berührung und das berührt werden neue Räume erkunden und diese zur Lebendigkeit bringen»

Marianne Artz ist Physiotherapeutin FH, Dozentin der Spiraldynamik sowie Ausbilderin mit eidgenössischem Fachausweis. Ihr spezielles Interesse für klassische und dynamische Formen der Massage zeigte sich bereits während der Physiotherapieschule. Hinzu kamen später die Psychotonik nach Glaser, Reflexzonentherapie nach H. Marquardt, Reiki, Rebalancing, Rolfing, Orthobionomie, Kraniosakraltherapie, Faszien-distorsionsmodell nach Typaldos sowie die Spiraldynamik 3D Körperarbeit, welche sie für die Spiraldynamik Akademie unterrichtet. Hörende, führende und sprechende Hände sind ihr ein grosses Anliegen – ein vielseitiges Mittel zur Kommunikation.

5. Motovun / Istrien

Motovun – autofrei und denkmalgeschützt – gilt als mittelalterliches Juwel des romantischen Istriens, dem nördlichsten Abschnitt der kroatischen Mittelmeerküste. Historisches Detail: Motovun ist Symbol für Eigenständigkeit und Wehrhaftigkeit der istrischen Bevölkerung, es wurde in seiner bewegten Lokalgeschichte nie eingenommen. Montona – so der italienische Name für Motovun – liegt inmitten einer wunderschönen und unverbauten Kultur- und Naturlandschaften und bietet besondere Ferienerlebnisse:

- Biken auf 116 Kilometern Radweg (ehemalige *Parenzana* Schmalspur-Bahntrasse)
- Hiken durch biodiverse Robinienwälder und Rebberge
- Wine-Tasting und Trüffel-Jagd für Genussmenschen
- Erfrischendes Mittelmeer-Bad in *Novograd* (30 km / 30 Automin.)
- Ausflug zur malerischen Küstenstadt *Rovinj* (50 km / 60 Automin.)
- Konzert im nahegelegene Künstlerstädtchen *Groznjan*
- Blick in den Nachthimmel vom Observatorium *Visnjan* aus

Die **Halbinsel Istrien** bezaubert durch seine traditionellen Städtchen im Landesinnern, malerische Küstenlandschaften, das milde Mittelmeerklima und italienische Gastronomie. Was Reisen und Ferien in Istrien zum besonderen Erlebnis macht ist die authentische Freundlichkeit der Bevölkerung. Ideal für Menschen, die Sonne, Meer und Gastfreundschaft fernab des Massentourismus lieben. Im letzten Jahr wurde Istrien von Lonely Planet als eine der sichersten, freundlichsten und schönsten Feriendestinationen in Europa gelobt.

6. Anreise

- Die Anreise erfolgt individuell per Flug (Flughafen Pula 70 km entfernt oder Triest 65 km entfernt), per Bahn (Bahnhof Pazin 25 km/Triest 65 km entfernt), oder per FlixBus (Bahnhof Triest) danach per Taxi oder Hotel Pick-Up nach Motovun.
- Anreise mit dem Auto: Das Hotel Kastel befindet sich im Zentrum von Motovun, direkt an der Spitze des verkehrsfreien Altstädtchen. Ein kostenfreier Parkplatz für die Hotelgäste liegt zirka 500m vom Hotel entfernt. Das Hotel bietet den Gästen einen kostenfreien Abholservice vom Parkplatz und bittet um eine frühzeitige Koordination der An- und Abreise: +385 52 681 607, info@hotel-kastel-motovun.hr.
- Per Schiff: Übernachtung in Venedig, am nächsten Tag per Schiff in wenigen Stunden an die Küste Istriens, von dort per Taxi oder Pickup ins Hotel.

- Oder doch lieber zu Fuss oder mit dem Rad? 100 Kilometer Parenzana Rad- & Wanderweg führen entlang einer ehemaligen Schmalspurbahn durch Natur- und Kulturlandschaft nach Motovun.

7. Unterkunft

Das **Boutique Hotel Kaštel** heisst uns herzlich willkommen!

Boutique Hotel Kaštel – GIP d.o.o.

Trg Andrea Antico 7, 52424 Motovun

OIB: 50726838773

Tel. +385 52 681 607

agencija@hotel-kastel-motovun.hr

www.hotel-kastel-motovun.hr

Das *KASTEL HOTEL* bietet 33 stilvollhässige Zimmer in historischer Palast-Atmosphäre. Jedes Zimmer ist individuell gestaltet. Das Hotelangebot für die Übernachtung startet bei 63 € pro Tag und Person. Das Paschalangebot umfasst diese Leistungen:

- Übernachtung in den Kategorien *Standard*, *Superior* und *Exklusiv*. Wir haben das gesamte Kastel Hotel für uns reserviert; die Anzahl vorhandener Einzelzimmer ist begrenzt, entsprechender Aufpreis für Einzelbelegung von Doppelzimmer
- Grosszügiges Frühstücksbuffet
- Gemeinsames Nachtessen (Halbpension)
- Nutzung der Seminarräumlichkeiten (Schlosssaal, Sonnenterrasse)
- Entspannen im hoteleigenen Spa (Sauna gegen Aufpreis) und angrenzenden Schlosspark
- Besuch des Schlossmuseums mit lokalem Kunsthandwerk

Die Übernachtungskosten im Detail

Im Doppelzimmer

Room category	BB rate – per day (1 night)		BB rate – per week (6 nights)	
	Cost per person when DOUBLE USE	Cost per room when DOUBLE USE	Cost per person when DOUBLE USE	Cost per room when DOUBLE USE
Standard double room	63 €	126 €	378 €	756 €
Room - panoramic view	75 €	150 €	450 €	900 €
Hotel suite	75 €	150 €	450 €	900 €
Exclusive room	89 €	178 €	534 €	1068 €

Hinzu kommt die obligatorische Touristentaxe: 3 € pro Person/Nacht.

Als Einzelzimmer

Room category	BB rate – per day (1 night)	BB rate – per week (6 nights)
	Cost per room when SINGLE USE	Cost per room when SINGLE USE
Standard single room	75 €	450 €
Standard double room	100 €	600 €
Room - panoramic view	120 €	720 €
Hotel suite	120 €	720 €
Exclusive room	142 €	852 €

Hinzu kommt die obligatorische Touristentaxe: 3 € pro Person/Nacht.

Halbpension Zuschlag

mit 6 x Frühstück, 5 x Kaffeepause* am Vormittag und 6 x Nachtessen pauschal € 182

Halbpension		200 €
-------------	--	-------

* Tee, Kaffee, Wasser 0,20 lit. oder Fruchtsaft 0,20 lit., Früchte

Anmeldung und Information

Spiraldynamik Akademie, Südstrasse 113, CH-8008 Zürich

T: +41 (0)43 222 58 68

E: akademie@spiraldynamik.com

- Hotelbuchungen sind erst nach verbindlicher Seminaranmeldung möglich
- Auskunft zu Unterkunft, Transfer sowie Spezialwünschen bitte direkt über das Hotel