

Die Franklin Methode® im Beruf: Verbesserung von körperlicher Präsenz, Bewegungs- und Imaginationsfähigkeit

Bildungsurlaub

Die Franklin Methode ist eine „Body-Mind“-Technik und hat ihren Ursprung in der Ideokinese. Kognitions- und Neurowissenschaften haben gezeigt, dass Gedanken einen direkten Einfluss auf Gefühle, Körperhaltung und Bewegung haben. Die Förderung und Verfeinerung von Vorstellungskraft und Bewegungsempfinden, gepaart mit dem Wissen um die Zusammenhänge zwischen Muskelverspannungen und ungeeigneten Haltungsmustern und Bewegungsmustern, ermöglicht es, diese aufzudecken und durch neue zu ersetzen. Dies wirkt sich nicht nur positiv auf körperliche Haltung, Präsenz und Bewegungseffizienz aus, es verringert auch physischen und psychischen Stress. Das Training der Imaginationsfähigkeit kann sich darüber hinaus positiv auf Motivation, Konzentration, Kreativität, Selbstbewusstsein und Selbstorganisation auswirken.

Seminarinhalte:

- die Franklin Methode, somatisches Lernen
- Grundlagen der Imagination
- Training der Imaginationsfähigkeit
- Schulung der Selbstwahrnehmung
- Erkennen von Verhaltensmustern und Bewegungsmustern
- Erlernen von biomechanischem Grundwissen
- ökonomisches Bewegen



Die Dozentin Susanne Fromme

Seminarnummer:	820923
Ort:	Labenbachhof, Ruhpolding
Termin:	03.12. – 08.12.2023
Seminargebühr:	755,00 € (Ü/VP im DZ) EZ-Zuschlag: ab 85,00 € insgesamt. 955,00 € für Einrichtungen/Firmen
Seminarleitung:	Susanne Fromme
Susanne Fromme ist diplomierte Tanzdozentin, Bewegungspädagogin der Franklin Methode® und Master of Science in Dance Science. Seit einigen Jahren gehört sie zum Team der Trainingsleiter der Tanzcompany des Stadttheaters Giessen. Dort ist sie u.a. für die inhaltliche Gestaltung von Kooperationsprojekten in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Kinderheilkunde der JLU Giessen und der Kinder- und Jugendpsychiatrie Herborn verantwortlich.	
Sie unterrichtet die Franklin Methode® an verschiedenen Universitäten und Tanzkompanien in Großbritannien, Deutschland und Österreich und gibt Trainings im Raum Bonn.	
Teilnehmendenzahl:	10 - 16
Leistungen:	Im Preis enthalten sind die Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen und Versicherung. Nicht im Preis enthalten ist die Anreise.

„Die Entspannungsfähigkeit des Menschen wird das Leistungsprinzip der Zukunft sein.“

(Joe Barkel, Zukunftsforscher)

Seminarziele

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte zur Weitergabe (empfohlen insbesondere für Arbeitnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen, beratenden Berufen und für Arbeitnehmende in leitender Position zur Weitergabe an ihre Mitarbeitenden)
- Gewährleistung des Transfers in konkrete Arbeitssituationen
- **Im Einzelnen:** Die Franklin Methode® im Beruf, Stärkung von körperlicher Präsenz, Bewegungs- und Imaginationsfähigkeit: Nachhaltige Verbesserung mentaler und körperlicher Beweglichkeit, Steigerung der Resilienz, Stressreduktion durch somatisches Lernen, Förderung der Stresskompetenz, Emotionalen Kompetenz und Sozialkompetenz, Verbesserung der physio-mentalern Lern- und Konzentrationsfähigkeit, sowie der Leistungsfähigkeit, aktive Vorsorge durch verbesserte Selbstorganisation, Vorbeugung von Rückenbeschwerden etc., Schulung von Präsenz, Verbesserung der Ausstrahlung, Reflexion, Vermittlung, Anleitung der Seminarinhalte zur Weitergabe. Begleitung von Klienten u. ä., Vertiefung & Wiederholung von Vorwissen und –erfahrung



Anreise

Anfahrt aus Richtung München kommend erreichen Sie das Haus über die A8. Sie nehmen die Ausfahrt 112-Traunstein/Siegsdorf in Richtung Siegsdorf-Ost/Inzell/Ruhpolding und folgen der B306 bis zum Kreisverkehr und folgen dort der Beschilderung in Richtung Ruhpolding. Angekommen in Ruhpolding folgen Sie der Hauptstraße bis zum Kreisverkehr im Ortszentrum. Den Kreisel verlassen Sie an der 2. Ausfahrt und folgen der Hauptstraße bzw. Seehauser Str. weiter in Richtung Reit im Winkl. Nach ca. 2,4 km biegen Sie links ab auf die Deutsche Alpenstraße - B305 in Richtung Inzell und folgen dieser 3,4 km bis Sie bei der Einfahrt vom Labenbachhof rechts abbiegen.

Anfahrt aus Richtung Salzburg kommend erreichen Sie das Haus ebenfalls über die A8. Sie nehmen die Ausfahrt 112-Traunstein/Siegsdorf in Richtung Siegsdorf-Ost/Inzell/Ruhpolding und folgen der B306 bis zum Kreisverkehr und folgen dort der Beschilderung in Richtung Ruhpolding. Angekommen in Ruhpolding folgen Sie der Hauptstraße bis zum Kreisverkehr im Ortszentrum. Den Kreisel verlassen Sie an der 2. Ausfahrt und folgen der Hauptstraße bzw. Seehauser Str. weiter in Richtung Reit im Winkl. Nach ca. 2,4 km biegen Sie links ab auf die Deutsche Alpenstraße - B305 in Richtung Inzell und folgen dieser 3,4 km bis Sie bei der Einfahrt vom Labenbachhof rechts abbiegen



Übernachtung/Verpflegung

Das Seminar findet im Seminarhotel Labenbachhof in Ruhpolding statt. Hier können Sie die Ruhe und Abgeschiedenheit inmitten der Natur der Chiemgauer Alpen erleben. Das Haus liegt nur 10 Minuten im 3-See-Gebiet entfernt. Der Rauschberg ist ebenfalls ein beliebtes Ausflugsziel. Sie sind im Doppelzimmer mit Dusche/WC untergebracht. Eine Einzelbelegung ist ab 85,00 € insgesamt buchbar. Sie werden mit Vollpension verpflegt.

Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Sonntag mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet am Freitag nach dem Mittagessen um 13.30 Uhr.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.