



QiGong meets Spiraldynamik mit Nikolaus

Kurs-Termin: 05./06.04.2025

Anatomie meets QiGong - Ausbildungsblock der QiGong Lehrerausbildung. Weiterbildung für alle Körpertherapeuten, QiGong, Tai Chi Lehrer und -Übende, sowie interessierte Laien.

Referent und Autor diesen Beitrags ist Nikolaus Färber, Physiotherapeut, Fachkraft für Spiraldynamik® und Tai Chi/QiGong Lehrer

Wer Tai Chi oder QiGong übt, hat gelernt in sich hinein zu spüren und kennt seinen Körper gut. Was aber spüren wir? Was ist unter der Haut? Die menschliche Anatomie ist den Übenden meist wenig bekannt. Das Wälzen von Anatomie-Büchern ist mühsam und sehr theoretisch. Die Verbindung zum Tai Chi bzw. QiGong fehlt. Ich übe seit 20 Jahren Tai Chi und QiGong und unterrichte seit 15 Jahren.

Während meiner Ausbildung zum Physiotherapeuten war das, was ich in der klassischen Orthopädie und Anatomie lernte oft im Widerspruch zu dem, was ich aus dem Tai Chi kannte und als positiv erfahren hatte. Die Betrachtung der Anatomie aus dem Blickwinkel der Spiraldynamik® lieferte mir zum ersten Mal schlüssige Erklärungen für das uralte Wissen aus dem QiGong und Tai Chi.

Was ist Spiraldynamik®?

Spiraldynamik ist ein dreidimensionales, anatomisch-funktionell begründetes Bewegungs- und Therapiekonzept. Das der Spiraldynamik® zugrundeliegende Prinzip ist die dreidimensionale Bewegung zwischen zwei Polen. Dieses Prinzip zieht sich wie ein roter Faden durch die gesamte funktionelle Anatomie des menschlichen Bewegungssystems. Als „evolutionsgeschichtliche Gebrauchsanweisung für den eigenen Körper“ macht Ihnen die Spiraldynamik® gesunde und sinnvolle Bewegungen – von Kopf bis Fuß – verständlich und erlernbar. Sich „gemäß Bauplan“ zu bewegen, heißt, die eigene Körper- und Bewegungskompetenz zu kennen und das eigene Potential zu entfalten.

An 3 Wochenenden erlernst du die Prinzipien der Spiraldynamik® und erkundest den menschlichen Körper und seine Bewegungen in folgenden Einheiten:

- Grundlagen der Körpermechanik
- Bewegungen der einzelnen Körperabschnitte
- Untere Extremität (Becken, Bein, Fuß)
- Obere Extremität (Schulter, Arm, Hand)
- Rumpf und Kopf
- Aufbau und Funktion der an der Bewegung beteiligten Komponenten wie Skelett, Muskel, Sehnen, Bänder und Faszien
- Verhalten der einzelnen Gewebearten bei Bewegung und Belastung (wann ist Bewegung gut und wann wirkt sie destruktiv?)

Du kannst das erworbene Wissen beim Anleiten von Bewegungen und Übungen anwenden. Mit geschultem Blick wirst du beim Unterrichten Korrekturen einbringen und auf Fragen wirst du fundierte Antworten geben können. Neben dem Jahrtausende alten Erfahrungswissen integrierst du Erkenntnisse aus Studien und Forschungen in deinen Unterricht und bist damit auf dem neuesten Stand. Vor allem profitierst du von den neuen Kenntnissen für das eigene Üben. Weitere Infos unter www.spiraldynamik.com.

Termine: Teil 2 am 31.05./01.06., Teil 3 am 11./12.10.2025 (Direkteinstieg ohne Vorerfahrung möglich)
Gebühr je Wochenende € 210,-

Teilnahme-Voraussetzung: Keine. Vorteilhaft wäre Erfahrung mit QiGong und oder Tai Chi.

Kurszeiten:

Sa 10-13 und 15-17 Uhr

So 10-12 und 14-16 Uhr

Gebühr: € 210,-