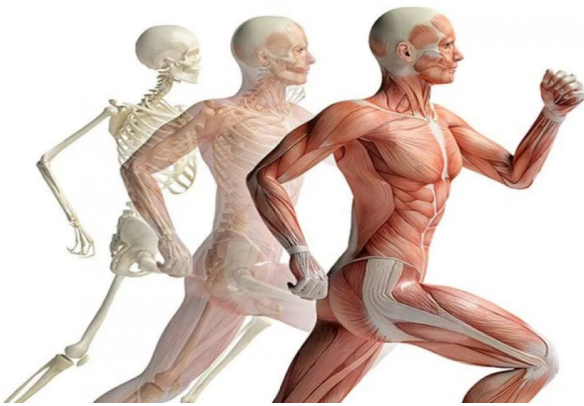




3' Dage med Funktionel Anatomi

med Bodydynamic Analytiker Lene Wisbom



For Bodydynamic Studerende + Practitioner's – en fordybelse ind i at bruge funktionel anatomi som terapeut, supervisor og gruppe udbyder.

De 3 vigtigste værktøjskasser vi bruger – Jeg-funktionerne, Karakter Strukturerne og Jeg Aspekterne – giver en masse muligheder for at udvikle færdigheder for os selv og vores klienter.

I disse 3 dage vil vi lege, danse og tale om 3 specifikke muskler fra brystkasse til hofte – alle fra Autonomifasen.

- *Hvordan arbejder disse 3 muskler sammen, og hvad sker der, hvis de ikke gør det*
- *Hvordan de udvikler færdigheder til at være mere centrerede, afbalancerede og fleksible*
- *Hvordan genoplive følelsen af frihed i vores bevægelser fra over- til underkrop*
- *Hvilke andre muskler kan forbedre disse færdigheder fra tidligere eller senere karakterstrukturer*

I alle mine år som bodydynamic terapeut og underviser har jeg set, hvad det gør ved en person at arbejde og fordybe sig i m. psoas major, m. quadratus lumborum og m. piriformis – alle 3 aktiveres i Autonomi-alderen og regulerer balancen i hoften ned i benene anatomisk og indgår i Jeg-funktionerne Tilknytning, Centrering og Social Balance. Hvordan kan man arbejde med dem, vække dem, styrke dem og gøre dem mere fleksible fysisk og psykisk?

Datoer i Danmark: Maj 25 - 27, 2023

Undervisningssted: på en smuk gammel fredet Kro/ Hotel i Vester Skerninge på Fyn - på landet tilgængeligt med offentlig transport fra lufthavn eller togstation.

Overnatning: på hotellet eller Airbnb/ B&B i nærheden – ikke inkluderet i prisen – skriv til Lene for nærmere info



Deltager antal: mellem 8 – 24

For mere information og tilmelding - skriv til lene@bodydynamic.dk

Tilmeldingsgebyr: 500 Kr./ 70€ ved tilmelding.

Pris excl. gebyr: 2.485 Kr./ 335 € for alle dagene. **Early Bird:** 2000 Kr./ 270 € før februar 1.st, 2023.

Betaling til: Sparekassen Danmark, DK: Reg.nr: 9070 Kontonr: 2022058552

Transfer: IBAN number: DK6090702022058552, SWIFT CODE: VRAADK21

Lene Wisbom

Certified Bodydynamic Analyst & Psychomotoric, Member of Danish Psychotherapy Union + ABP
Therapist, supervisor, and International senior teacher in Bodydynamic International ApS.



Contact: lene@bodydynamic.dk,

www.wisbom.dk



3' Dage med Funktionel Anatomi

med Bodydynamic Analytiker Lene Wisbom

Undervisningssted: Smuk gammel kro i Vester Skerninge på Fyn

Address: Vester Skerninge Kro, Krovej 9, 5762 Vester Skerninge

Transportmuligheder: I bil er det nemt – det er en lille by på hovedvejen mellem Svendborg og Faaborg på Fyn. Med offentlig transport er der tog fra Odense til Svendborg Vest og så bus derfra -> bus 931 til Vester Skerninge eller samme bus fra Nyborg.



Overnatning:

Ikke inkluderet i prisen

Vester Skerninge Kro kan bookes [here](#) – husk at fortællen det er til dette kursusforløb med mig.

I gå og cykelafstand er der mange muligheder for overnatning i området – bl.a. hos Lisbeth i Ulbølle og en del andre jeg har kontakt med – bookes via lene@bodydynamic.dk.

It is possible to rent whole houses for 6-10 people – so write to me if you want to join a booking together.

There are a lot other Airbnb in the area – here I searched for the first [dates](#) and [Bed & Breakfast](#)