

Basisausbildung Río Abierto: März 2022 - Dezember 2022

*Río Abierto es una invitación a una vida más plena.
A gozar de todas las potencialidades de nuestro Ser."
María Adela Palcos*

Aufgrund der großen Nachfrage startet am 11. März 2022 die dritte Río Abierto Ausbildung im deutschen Sprachraum.

Río Abierto wurde in den 60er Jahren von María Adela Palcos in Argentinien entwickelt. Ziel ist es, alle Potenziale und Möglichkeiten den Menschen auszuschöpfen, um in einer unsicheren und komplexen Welt die eigenen kreativen Fähigkeiten und Möglichkeiten zu erkennen und zu leben.

Río Abierto ist **keine** psychologische oder therapeutische Ausbildung, sondern eine ganzheitlich orientierte Lebensschule. Diese Ausbildung zu machen bedeutet, nicht nur eine Methode zu erlernen, sondern sich auf den (eigenen) Weg zu machen.

Warum Río Abierto?

Es gibt viele verschiedene und persönliche Motive sich für Río Abierto zu entscheiden. Die Beweggründe, Erfahrungen, Motivationen und auch Wirkungen von Río Abierto sind immer subjektiv und vielfältig. Hier einige Stimme von TeilnehmerInnen:

„... Río Abierto spricht den Menschen auf allen Ebenen an - Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen berührt und kommen somit in Schwingung. Und diese Schwingungen und Bewegungen manifestieren sich mit der Zeit im Körper und sind sehr, sehr nachhaltig ... Auf dass noch viele Menschen Río Abierto kennenlernen.“

„Río Abierto ist für mich das, was der Name aussagt: Ich bin mit mir im Fluss, mit mir auf der Spur, spüre mich tief in mir.(...) Durch Río Abierto komme ich immer näher zu mir und damit zu meinem Gegenüber.“

“Manchmal schleppt man ein unangenehmes Gefühl tagelang mit sich herum und man wird dann urplötzlich in der Río Abierto Stunde los. Ich kann mich noch daran erinnern, wie mich die „Freiheit“ in Person einer Teilnehmerin dazu animierte, aus einer antrainierten Haltung herauszugehen und Neues auszuprobieren.“

„Río Abierto ist für mich ein Wachsen in Freude.“

„Río Abierto bringt mich mehr in Bewegung als ich glaube und ahne!“

„Lebendig, beweglich, humorvoll, mutig, wahrhaftig, bescheiden - ein Leben lang. In Verbundenheit mit der Erde und dem Kosmos, mit den Menschen. Maria Adela lädt mich ein auf diese spannende Fahrt auf dem Río Abierto.“

Ziele und Methoden

Die Ausbildung setzt ihren Fokus auf eine Erweiterung der Selbst-(Er-)kenntnis, auf die Erforschung und Entwicklung des eigenen Potentials.

Voraussetzung dafür sind Offenheit, Respekt und die Bereitschaft unvoreingenommen, sich selbst und den anderen gegenüber zu sein. Der wertfreie Blick auf sich selbst, auf blinde Flecken, die sich in der Körperhaltung und in den Verhaltensweisen/-Mechanismen äußern, wird geschult und ist durchgehender Bestandteil der Ausbildung.

Die Ausbildung verläuft daher prozessorientiert.

Die Methoden sind vielfältig: Bewegung mit und ohne Musik, Übungen alleine, zu zweit, in Gruppen, kreativer Ausdruck, Improvisation, Arbeit mit der Stimme, Massage, Dynamik, Entspannung, Meditation und Stille ...

INHALTE

Die Ausbildung fußt im wesentlichen auf folgenden Grundpfeilern:

Methodik

- Struktur einer Bewegungsstunde (Einwärm– Haupt– Schlussphase)
- Musik auswählen: Stimmungen interpretieren, Rhythmus und Melodien einsetzen
- Kreativität in der Stunde
- Einsatz von Stimme und Hands-On Techniken
- Die Gegensätze und das dritte Element
- Energiezentren kennenlernen als Basis für Bewegung und Musikauswahl

Persönlichkeitsbildung

- Persönlichkeit: unecht oder wirklich?
- Körper-Geist-Seele: Balance und Verbindung
- Identifikationen erkennen und transformieren
- Physische und emotionale Haltestrukturen

Bewegung

- Umsetzung Musik – Körper: der dionysische-apolinische und orientalische Ansatz
- Anatomische Grundkenntnisse für eine gesunde Bewegung
- Bewegungsformen und –möglichkeiten
- Präsenz – Stille – Atmung

Aufbau des Lehrgangs

Der Lehrgang besteht aus 266 Weiterbildungsstunden zu 3 Blöcken à 4 Tage und 5 Wochenenden von Freitag, 16.00 Uhr bis Sonntag 15.00 Uhr (27 Kurstage)

Privacy

Alle Gespräche und Gruppenprozesse unterliegen der Schweigepflicht.

Detailplanung

06.01. - 09.01.2022 – Ersatztermin wird bekanntgegeben

11.03. - 13.03.2022 – START Ausbildung

06.05. - 08.05.2022

24.06. - 26.06.2022

11.08. - 14.08.2022

30.09. - 02.10.2022

03.11. - 06.11.2022

09.12. - 11.12.2022

Kosten Lehrgang

2590€ inkl. MwSt.

Seminarbetrag bei Ratenzahlung: 2.670€ (2.590€ + 80€ Bearbeitungsgebühr)

1. Rate: 950€ innerhalb 08.03.2022

2. Rate: 860€ innerhalb 30.06.2022

3. Rate: 860€ innerhalb 30.09.2022

Zielgruppe

Die Ausbildung richtet sich in erster Linie an Menschen, die mit Menschen arbeiten:
JugendarbeiterInnen, PädagogInnen, PsychologInnen, TrainerInnen, ErwachsenenbildnerInnen,
SozialassistentInnen, ÄrztInnen, sowie an alle an **persönlicher Weiterbildung** interessierte
Personen.

Voraussetzungen

Mindestalter 20 Jahre

Die Bereitschaft, sich auf einen persönlichkeitsbildenden Prozess einzulassen

Körperliche und geistige Gesundheit

Erstgespräch und Teilnahme an einem Río Abierto Workshop oder Río Intensiv

Bewerbungsverfahren

1. Motivationsschreiben
2. Fragebogen ausfüllen
3. Erstgespräch mit der Kursleitung

Abschluss

Am Ende des Lehrganges sind die TeilnehmerInnen imstande eine Gruppenstunde anzuleiten. Das Diplom wird von der „Fundación Río Abierto – Buenos Aires“ verliehen und ist von Río Abierto Internacional anerkannt.

Weitere Informationen

Kursleitung: **Sonja Seppi**, internationale Río Abierto Trainerin und Ausbilderin, Pädagogin und Yogalehrerin, Brixen
Referenten: **Adriana Periotto**, internationale Río Abierto Trainerin und Ausbilderin, Psychotherapeutin, Vicenza
Brunhilde Kerschbaumer, internationale Río Abierto Trainerin und Ausbilderin, Sozialbetreuerin und Yogalehrerin, Feldthurns
Norbert Dalsass, Architekt und Musiker, Brixen

Organisation und Anmeldung: Bildungshaus Lichtenburg, Martin Schgör
Tel: 0039 0471 057102 **** martin.schgoer@lichtenburg.it