

Bitte ausfüllen und senden (Adresse umseitig)
oder faxen an: 03221 / 1256525

Ich interessiere mich für die BASIC-Ausbildung Franklin-Methode®. Bitte
schicken Sie mir weitere Informationen und Anmeldeunterlagen für die
Ausbildung und die Schnupperworkshops zu.

Vorname

Name

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Telefon privat

Telefon Geschäft

Mobil

BASIC-Ausbildung Franklin-Methode®

Termine

Die Ausbildung ist in 6 Module gegliedert und beinhaltet
21 Ausbildungstage.

	Mi	Do	Fr	Sa	So
Modul 1			14.10.11	15.10.11	16.10.11
Modul 2	04.01.12	05.01.12	06.01.12	07.01.12	08.01.12
Modul 3			02.03.12	03.03.12	04.03.12
Modul 4		07.06.12	08.06.12	09.06.12	10.06.12
Modul 5			27.07.12	28.07.12	29.07.12
Modul 6			14.09.12	15.09.12	16.09.12

Ort

Die Ausbildung findet im Tanzstudio Freitänzer statt. Der Raum
bietet 170 m², Schwingboden mit Fußbodenheizung und alle
Möglichkeiten der Bewegungsentfaltung.

Tanzstudio Freitänzer
Euckenstrasse 15
81369 München
(Nähe Haltestelle U/S-Bahn Harras)



www.studiofreitaenzer.de

Schnupperworkshops

Für alle, die sich informieren wollen, bieten wir folgende
Infowochenenden an:

13./14. Nov. 2010 in Köln
mit Hanna Keßler und Hanni Graf

12./13. Feb. 2011 in München
mit Dorothee Jungmann-Schmidt und Hanni Graf

Die Tage sind auch einzeln buchbar.
Preis pro Tag : € 70,-, pro Wochenende € 120,-

Detaillierte Infos und Anmeldeunterlagen für die Schnupper-
workshops können Sie mit der angefügten Karte anfordern oder
auf www.franklin-ausbildung.de unter dem Menüpunkt
"Infotage" ansehen und ausdrucken.

Ausbildungskosten

Frühbucherbonus nutzen! Bei Anmeldung
bis 15. Juni 2011 € 3190,-

Bei späterer Anmeldung € 3490,-
(Vollpreis)

Bitte melden Sie sich bis spätestens **15.08.2011** an, damit
die Ausbildung stattfinden kann.

Anmeldung

Fordern Sie die detaillierte Ausbildungsunterlagen und die
Info zu den Schnupperworkshops mit beiliegender Postkarte
an oder kontaktieren Sie mich:

Hanni Graf
Strumpfwirkerweg 2
87634 Obergünzburg
Tel. 08372/9238485
Fax: 03221/1256525
hanni.graf@arcor.de

**Ich freue mich auf
Ihre Anfrage!**



Weitere Ausbildungen und Workshops können Sie am
Institut erfragen:



Institut für Franklin-Methode
Hittnauerstrasse 40
CH - 8623 Wetzikon
Tel.: +41 (0)44 994 24 22
info@franklin-methode.ch

Büroöffnungszeiten von Montag bis Donnerstag
9.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Abdruck der Grafiken erfolgte mit freundlicher Genehmigung von Eric Franklin.

Die Franklin-Methode®
Bewegung beginnt im Kopf



BASIC-Ausbildung
Franklin-Methode®

2011 / 2012 in München

www.franklin-methode.de

Franklin-Methode®

Bewegung beginnt im Kopf – kein Muskel bewegt sich ohne einen Impuls. Bewegungslernen setzt daher bereits im Gehirn an. Ein gutes Vorstellungsbild ermöglicht eine effiziente und harmonische Bewegung, denn das Gehirn versteht am Besten die Sprache der Bilder: Stellen Sie sich vor, Ihr Kopf hockt wie ein schwerer Kürbis auf dem Hals. Doch dann löst er sich von den Schultern und schwebt leicht wie ein Luftballon ein Stück nach oben. Können Sie den Unterschied wahrnehmen?



Die Franklin-Methode® ist weltweit die einzige physische Trainingsmethode, die sich primär auf die Arbeit mit Vorstellungsbildern konzentriert. Die Methode gehört zum Standardwerkzeug für viele Gymnastik-, Tanz-, Sport- und Yogalehrer/innen und wird von Menschen, die ein Leben lang gesund bleiben wollen, angewendet. Das Besondere an der Methode ist, dass sie unabhängig macht von Geräten oder festgelegten Übungen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, jung oder alt - jeder kann die Franklin-Methode® erlernen und jederzeit und überall anwenden.

www.franklin-methode.de

Ausbildungsinhalt

Die BASIC Ausbildung beinhaltet als Hauptthema Knochen und Gelenke sowie eine Einführung in die Muskeln, Bänder und Organe. Sie lernen die Franklin-Methode® kennen als eine einzigartige Synthese aus Imagination, erlebter Anatomie und Bewegung.

Imagination:

Die Franklin-Methode® bietet ein kreatives Mentaltraining, bei dem Sie die Anwendungsbereiche der Imagination und das Zusammenspiel von Körper und Geist auf eine umfassende Art kennenlernen.

Erlebte Anatomie:

Durch neue Einsichten in die Funktionen des Körpers verbessern Sie Körperwahrnehmung und Koordination. Anatomische Strukturen und Biomechanik werden in Ruhe, in Bewegung und in Partnerübungen spielerisch greifbar und erfahrbar gemacht.



Bewegung:

Imagination und erlebte Anatomie fügen sich zu einem Bild, das nun in der Bewegung verkörpert werden kann. Sie erfahren, wie Vorstellungsbilder Ihre Haltung, Beweglichkeit und Kraft positiv verändern. Der Unterricht wird bereichert durch den Einsatz von Musik, elastischen Bändern, Franklin-Bällen und dem Franklin- Mini-Roll (Bezug aller Trainingsartikel und Bücher über www.vistawell.ch).

Abschluss

Nach dem ersten Ausbildungsjahr und bestandener Prüfung sind Sie Bewegungspädagoge/in mit BASIC-Diplom Abschluss. Sie sind damit berechtigt, die Franklin-Methode® in den erlernten Bereichen selbstständig zu unterrichten:

- Beckenboden-Power für Sie und Ihn - die Franklin-Methode®
- Der befreite Rücken - die Franklin-Methode®
- Entspannte Schultern - gelöster Nacken - die Franklin-Methode®
- Einführung in die Franklin-Methode®

www.franklin-ausbildung.de

Aufbaujahre

Nach der BASIC Ausbildung besteht die Möglichkeit, zwei Aufbaujahre mit den Schwerpunkten Muskeln und innere Organe für den Abschluß zum/zur dipl. Bewegungspädagogen/in der Franklin-Methode® anzuschließen.

Dozentinnen

Alle Dozentinnen sind lizenzierte Lehrtrainerinnen am Institut für Franklin-Methode®



Dorothee Jungmann-Schmidt
www.rhythmik-online.de



Hanna Keßler
www.bewegungs-impuls.de



Renate Pree
www.tanzpaedagogik.at/lehrer.html



Hanni Graf
www.hanni-graf.de



Bitte
freimachen
0,45 €

Hanni Graf
Strumpfwerkerweg 2
87634 Obergünzburg