

## **Körperarbeit ...**



### **... für Musikermediziner, Körperpädagogen und Therapeuten**

Atemarbeit – die Arbeit am eigenen Energiepotenzial – bereichert die von Musikermedizinern, Körperpädagogen und Therapeuten angeleiteten Patienten und Klienten sehr gezielt.

Gern unterstütze ich auf dem Weg zu einem tiefen und selbst erfahrenen Verständnis dieser besonderen Form der Körperarbeit.



## **Körperliche Energie und mentale Balance**

In der atempädagogischen Körperarbeit wird intensiv wahrnehmbar, wie kraftvoll sich die körperliche Energie in der eigenen Atembewegung entwickelt und entfaltet. Es entsteht ein faszinierendes Zusammenspiel von Atembewegung und körperlicher Beweglichkeit und Elastizität. Hinzu kommt der wichtige Einfluss auf die mentale Balance. Denn die Befreiung der unwillkürlichen Zwerchfelltätigkeit gewährt einen Zugang zu innerem Gleichgewicht auf sowohl körperlich-vegetativer als auch auf mentaler Ebene. Meine Unterstützung leistet daher einen wichtigen Beitrag zur Prävention im Bereich der Musikergesundheit.

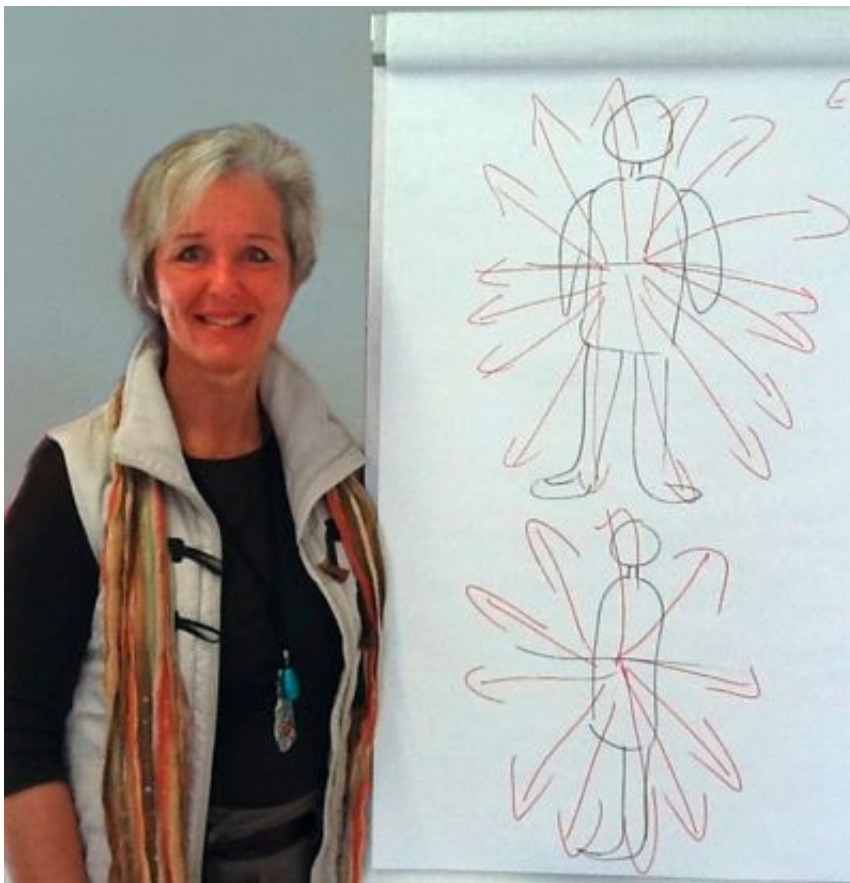
Es ist für Mediziner, Pädagogen und Therapeuten ebenso wie für ihre Schüler, Patienten und Klienten eine Freude zu erleben, wie sich durch das wachsende Atembewusstsein eine kraftvolle elastische Grundspannung im gesamten Körper entwickelt: Die Lebendigkeit im Körperausdruck manifestiert sich durch die von innen heraus befreite Atembewegung. Die befreit fließende Energie ist das Fundament, auf dem sich die optimale Funktionalität der Bewegungsabläufe und der [Atemstütze am Instrument](#) entwickeln lässt.



## **Körperarbeit und Eigenverantwortung**

Wer sich der eigenen Disposition bewusst ist, kann seine Belastbarkeit besser ausloten und zugleich eine hohe Eigenverantwortung im Umgang mit sich selbst und im Kontakt zu seinem Instrument entwickeln.

Besonders die Verantwortung sich selbst gegenüber gewinnt in diesem Prozess eine neue Qualität.



**Sie sind ...**

- **Pädagoge oder Pädagogin,**
- **Musikpädagoge oder Musikpädagogin,**
- **Physiotherapeut oder Physiotherapeutin,**
- **Ergotherapeut oder Ergotherapeutin,**
- **Logopäde oder Logopädin,**
- **Arzt oder Ärztin,**
- **Psychologe oder Psychologin?**

Sie möchten sich dem eigenen Atem zuwenden? Sie möchten den eigenen freien Atem entdecken? Dann freue ich mich über Ihre Kontaktaufnahme! Sie erreichen mich am besten über mein [Kontaktformular](#).