Feldenkrais

Autor(en): **Däppen Scheidegger, Christine**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): **- (1997)**

Heft 45

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-815769

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Feldenkrais

Von Christine Däppen Scheidegger, Thun

1. Schnupperkurs vom 21. / 22. Oktober 1996 in Tschugg

An den Schnuppertagen haben 17 Personen teilgenommen: 11 Parkinsonbetroffene, fünf Begleitpersonen und die Leiterin, Adelheid Mayer.

Ziel dieser Schnuppertage war:

1. Einen grösseren Kreis von Parkinsonpatienten mit der Art und der Wirkungsweise der Feldenkraismethode bekannt zu machen.
2. Eine konstante Gruppe von Parkinsonbetroffenen zu bilden, die regelmässig mehrmals im Jahr zusammenkommt, um gemeinsam zu üben.

Das erste Ziel wurde teilweise, das zweite noch nicht erreicht. Dafür sammelten wir eine Menge nützlicher Erfahrungen, die wir im nachfolgend ausgeschriebenen Kurs berücksichtigt haben. Zwar haben alle Teilnehmer im Schnupperkurs selber erfahren, was Feldenkraisübungen beinhalten; die Zeit war jedoch zu kurz, um ihre Wirkung am eigenen Leib zweifelsfrei zu spüren. Dazu braucht es wohl mehr Lektionen, d.h., einen entsprechend längeren Kurs, sowie die nötige Musse zur Verarbeitung des Gelernten. Unser Programm war sehr befrachtet, und es blieb zu wenig Zeit zum Ausspannen zwischendurch. Am abendlichen Vortrag bekundeten fast alle Mühe sich zu konzentrieren.

Nach diesen kritischen Bemerkungen nun zum Positiven, das deutlich überwog. Fast durchwegs erntete der Kurs Lob. Einige Teilnehmer und Teilnehmerinnen beabsichtigten, privat an ihrem Wohnort nach Möglichkeiten zu suchen, um die Feldenkraisarbeit weiterzuführen. Sehr willkommen war Frau Mayers Angebot von zwei Kassetten mit je zwei Lektionen Feldenkrais für Parkinsonbetroffene, um zu Hause zu üben. Unterkunft, Verpflegung und die günstigen Preise in Tschugg wurden allgemein sehr geschätzt. Besonders hervorgehoben wurde immer wieder die Freundlichkeit des Personals. All dies, obwohl über die Hälfte der Teilnehmenden wegen Bettenmangel in der Klinik im «Bären» in Ins untergebracht werden musste. Wie gut der Kurs angekommen ist, möge das Zitat aus einem der am Schluss auszufüllenden Fragebogen zeigen: «*Ich habe mich, trotz schwerem Leiden, aufgehoben gefühlt in einer fröhlichen Atmosphäre. Erstmals fühlte ich mich in einer Schicksalsgemeinschaft.*»

2. Wie geht es weiter?

Der Schnupperkurs hat mir Mut gemacht, weiter daran zu arbeiten, eine feste Gruppe von Parkinsonbetroffenen für Feldenkraisarbeit zu bilden.

Leider ist es nicht möglich, wieder in Tschugg zusammenzukommen, da dort zu wenig Betten zur Verfügung gestellt werden können. Auf Vorschlag von Frau Mayer findet der nächste Kurs auf dem Bürgenstock statt. Wir stellen uns vor, zweimal im Jahr (April / Mai und Oktober / November) einen Kurs zu vier Tagen und drei Übernachtungen anzubieten.

Hier unser neues Kursangebot:

4 Tage Feldenkrais für Parkinsonbetroffene auf dem Bürgenstock

Ort: ***Hotel Waldheim, Bürgenstock

Daten: Mittwochnachmittag, 16. April bis Samstagmittag, 19. April 1997

Leitung: Frau A. Mayer, dipl. Feldenkraislehrerin, Zürich

Kosten: Sie setzen sich zusammen aus dem **Kursgeld** (12 Lektionen Feldenkrais, ein Vortrag, sämtliche Spesen für Organisation und Leitung) und dem **Pensionspreis** (Fr. 135.-- für Vollpension und Unterkunft in Zimmer mit Bad / Dusche und WC).

Totalpreis pro Person gemäss Teilnehmerzahl:

ab 8 Teilnehmern	Fr. 1122.--	ab 12 Teilnehmern	Fr. 1067.--
ab 10 Teilnehmern	Fr. 1107.--	ab 14 Teilnehmern	Fr. 1037.--

Begleitpersonen, die nötig sind zur Durchführung der Feldenkraisarbeit ihres Partners, bezahlen nur das Hotel.

Anzahlung: Fr. 100.-- bei der Anmeldung, der Rest der Kosten ist vor Kursbeginn fällig.

Annulierungskosten: Fr. 100.-- bei Annullierung nach dem 8. März 1997

Anmeldefrist: 8. März 1997

Anreise: mit Auto oder Bahn. Genügend Parkplätze beim Hotel. Bahnreisende werden auf Wunsch in Stansstad abgeholt.

Auskunft / Anmeldung: Frau Christine Däppen Scheidegger, Lachenweg 20, 3604 Thun
Telefon 033 336 71 91, Fax 033 336 71 21