



Neurologie der Körperhaltung

Mit Dr. Darrell Sanchez*, (USA)



Wie wir stehen, wie wir gehen, wie wir drehen, wie wir uns insgesamt bewegen – all das macht unser Wohlbefinden aus, wenn wir es stetig optimieren und mögliche Blockaden unterlaufen. Kontinuierliche, sanfte, ja sogar elastische Formen von Bewegung bilden die Grundlage für unser bewusstes gegenwärtiges Da-Sein. Ist die Körperhaltung hingegen verkrampft, schief oder von Schmerzen gezeichnet, verringert sich die Lebensqualität und wir schalten auf einen Notmodus um. In dieser echt interessanten Weiterbildung mit Dr. Darrell Sanchez lernen die Teilnehmenden ihre Körperhaltung so zu gestalten, dass die Stimulation der Nervenbahnen wieder gezielt initiiert und optimiert wird.

Das vom Kursleiter aus Colorado vor über 30 Jahren erfundene Tuning Board hilft mittels evozierten feinen Bewegungen aus einer geforderten Erdung heraus bei den subtilen Korrekturen im ganzen Haltungsapparat und bei den neuronalen Strukturen. **Die innerlich gespürte Wahrnehmung von Interozeption und Propriozeption unter sanfter Führung des fürs Gleichgewicht**

und flexibel durchs Leben gehen können, nehmen wir das Umfeld in dem wir uns bewegen, anders wahr.

Selten im Leben wird der Zusammenhang zwischen der neuronalen Stimulation in den Füßen und den unteren Gliedmassen mit dadurch erzeugten Reaktionen im Gehirn in Verbindung gebracht und so vernetzend beleuchtet. In diesem Kurs steht die-

«Die Stimulation der Nervenbahnen in den Füßen beeinflusst unsere Gehirnfunktionen stark.»

Dr. Darrell Sanchez

und die Einmittung so zentralen Vestibulärsystems bringt eine tiefe Verbundenheit mit Erdung, Zentrierung und Weite in Gang. Was zuerst «nur» ein spannender innerer Erforschungs- und Beobachtungsprozess ist, wird bei genauerem Hinsehen zu einer anderen Haltung dem Leben gegenüber. Wenn wir aufrecht

se Perspektive aber im Zentrum des Lernspektrums. **Unsere Extremitäten und deren Beziehungen zum Gehirn sind enorm spannend und ermöglichen tiefgreifende und umfassende Assoziationen und Erkenntnisse über die Geschichte des eigenen Lebens** – von der möglicherweise weit zurückliegenden Vergangenheit

DATUM:

28. - 29. November 2026

KURSZEITEN:

Jeweils von
10.00 – 13.00 und
14.30 – 17.30 Uhr

ORT:

Zentrum für Innere
Ökologie,
Freischützgasse 1
8004 Zürich

KOSTEN: CHF 520.–

SPRACHE:

Englisch mit Übersetzung
ins Deutsche

ZIELGRUPPE:

Menschen, die für sich selber und/oder die pädagogische bzw. therapeutische Begleitung anderer ein Verständnis für die Optimierung der Körperhaltung suchen.

KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit hintenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr.100.– an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

bis hin zur heutigen Gegenwart. Eine über die Jahre geformte Haltung steht immer auch für viele erlebte Inhalte und dafür antrainierte Gewohnheiten.

☞ Diese oft über die Jahre normal gewordenen und als selbstverständlich angesehenen Gewohnheiten wirken sich aus der Sicht des ame-

von tief innen gesteuerte und bewusst erfahrbare Selbstregulation lösen nicht nur Blockaden in der Körperhaltung oder bezüglich der inneren Zufriedenheit, sondern sie lassen uns ganz anders durchs Leben wandern und so auf neue Art Konflikten ebenso neu begegnen wie plötzlich vermehrt auftauchenden Momenten der Lebens-

«Die Schwerkraft unterstützt uns dabei, uns aufzurichten.» Dr. Darrell Sanchez

rikanischen Lehrers oft kontraproduktiv auf das eigene Denken, den Umgang mit den Emotionen und eben auch die verkörperte Gestalt aus, die häufig von mannigfaltigen Schmerzen gezeichnet ist. Natürlich kann eine Körperhaltung auch positive Aspekte bezüglich Denkformen, Emotionen und physischem Selbstkontakt haben. Der Wandel für einen solch wundersamen Effekt wird dabei «Bottom-Up», also von unten nach oben gesteuert. Das Tuning Board lädt dazu auf spielerische und doch tiefgreifende Weise ein. **Das Verstehen und Erleben der Neurologie der Körperhaltung in Bewegung bringt den Teilnehmenden dieses enorm spannenden Kurses die Zusammenhänge zwischen dem somato-sensorischen und dem motorischen System auf bewusste Art näher.** Dadurch können sich Menschen plötzlich ganz anders selber wahrnehmen – und auch im Aussen ganz neue Dinge sehen oder Prioritäten auf der Handlungsebene haben.

☞ Eine klare Eigenwahrnehmung und mit Hilfe des Tuning Boards eine ebenso eindruckliche wie

freude. Aus diesem Blickwinkel ist diese Weiterbildung auch ein Türöffner in die Welt des Staunens. Voraussetzung für eine Teilnahme an diesem Seminar ist der erfolgte Besuch eines Einführungskurses zu Gebrauch und Wirkung des Tuning Boards.

** Dr. Darrell Sanchez, der Erfinder der genialen Tuning Boards™, ist Bewegungs- und Psychotherapeut, Rolfer, SE- und Craniosacral Therapeut. Er ist auch professioneller Tänzer und Tanzlehrer. Seit 1974 bewegt er sich im Feld der heilenden Künste als Studierender, Praktizierender, Dozent und Therapeut. Der verbindende Faden in dieser Vielseitigkeit ist sein Wunsch, kreative Transformation als Gesamterfahrung für den ganzen Menschen zu ermöglichen. Die kreative Arbeit von Darrell Sanchez wird von SE-Begründer Dr. Peter A. Levine in höchsten Tönen gelobt und empfohlen.*

Anmeldetalon:

Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für die Weiterbildung «NEUROLOGIE DER KÖRPERHALTUNG» mit Dr. Darrell Sanchez vom 28. - 29. November 2026:

Name..... Vorname.....

Strasse..... PLZ/Ort.....

Beruf..... Telefon.....

E-Mail.....

Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie (ZIO), Freischützgasse 1, 8004 Zürich
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.se • www.polarity.se