



Ausbildungs - übersicht



Dr. Ida Rolf
Institute®
Europe



Interessieren Sie sich für eine Einführung in Roling® für Anfänger, planen eine Karriere als Certified Rolfer® oder möchten Ihre bestehenden Kenntnisse vertiefen?

Wir bieten eine Vielzahl von Ausbildungskursen für Roling® Strukturelle Integration in unserem Münchner Institut und anderen Ausbildungszentren in Europa an.

Einführung - Meet ROLFING®

Level 1 – Myofascial Foundation

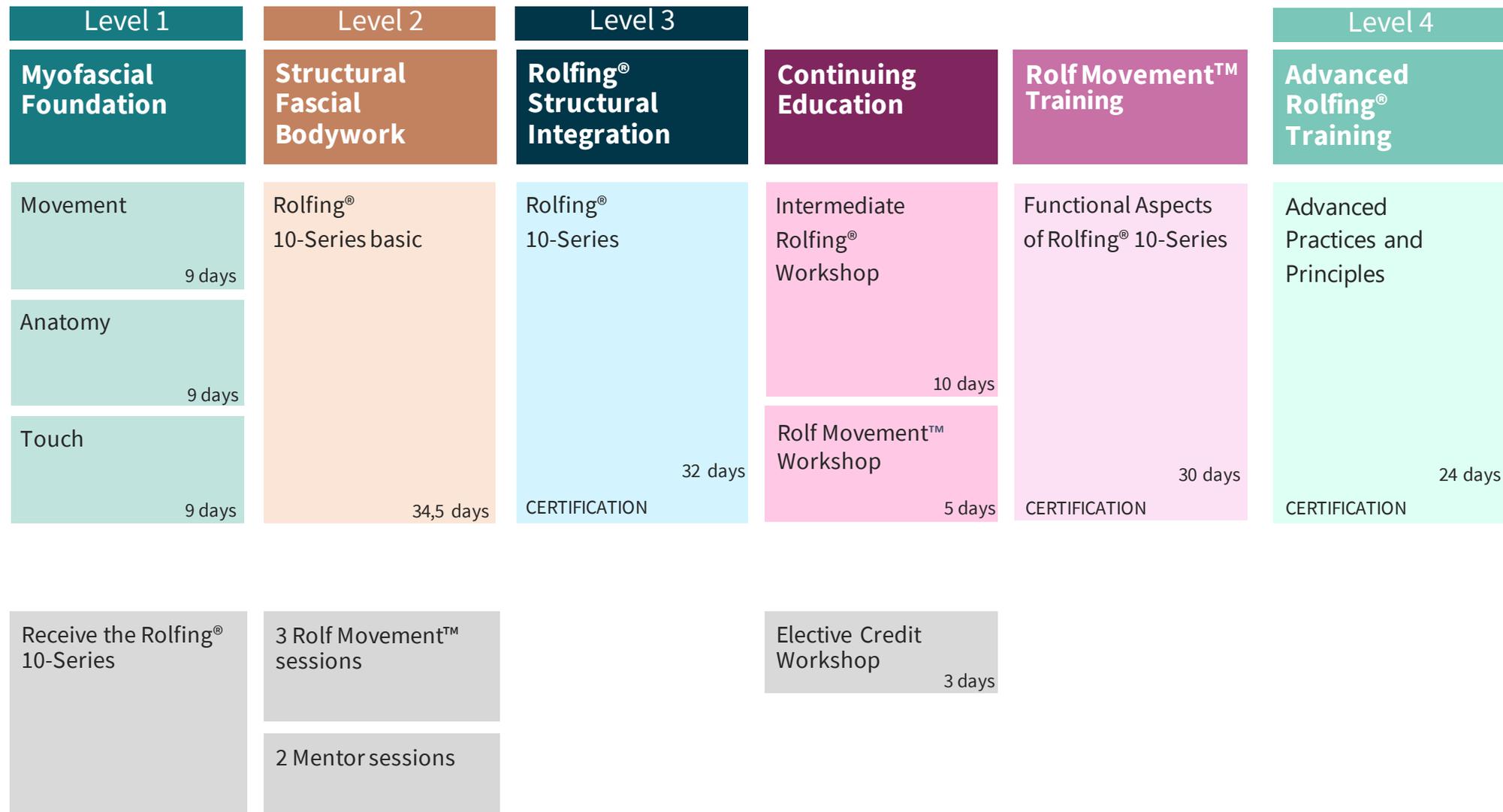
Level 2 – Structural Fascial Bodywork

Level 3 - Roling® Structural Integration

Weiterbildung - Vorbereitungskurse für Level 4

Rolf Movement™ Training

Level 4 - Advanced Roling® Training





Überblick

Rolfing® Strukturelle Integration ist eine manuelle Methode zur Verbesserung der Struktur, Haltung und Bewegung des menschlichen Körpers. Dabei wirkt sich die Mobilisierung des Bindegewebes befreiend und wohltuend aus.

Der Körper wird wieder in seine natürliche Beziehung zur Schwerkraft „ins Lot“ gesetzt. Das Ziel ist die Steigerung des ganzheitlichen Wohlbefindens.

Erfahrene Lehrer des Dr. Ida Rolf Institute® Europe führen Sie in die theoretischen Hintergründe des Rolfing® ein. Bei Übungen probieren Sie unterschiedliche Rolfing-Griffe aus und erspüren die Wirkung einer Rolfing® Behandlung. Sie gewinnen einen Einblick in die Inhalte der Rolfing® Ausbildung und haben ausreichend Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen.

Die wichtigsten Themen sind:

- Historie: Dr Ida Rolf und die Entwicklung des Rolfing®
- Bindegewebe und die Schwerkraft
- Strukturelle Körperanalyse

- Einführung in die Anatomie, die Palpation (Untersuchung des Körpers durch Berührung) und praktisches Arbeiten
- Grundlagen von Touch mit praktischen Übungen
- Schwerkraft und Bewegung
- Rolfing® -Sitzung (Demo)

Für wen ist der Workshop gedacht?

- Alle, die an den Grundlagen der Rolfing® Körperarbeit interessiert sind, die mehr über die Zusammenhänge von ganzheitlicher Gesundheit wissen wollen. Die verstehen wollen, wie Schwerkraft, Bindegewebe, Körperstruktur, Faszien und Bewegung im Zusammenhang stehen.
- Die Meet ROLFING® Workshops sind für jeden (ohne Vorkenntnisse) offen und werden mehrmals im Jahr angeboten.
- Wir empfehlen, vor dem Kurs eine Rolfing® -Sitzung erlebt zu haben. Die Selbsterfahrung von Rolfing® ist eine wesentliche Grundlage der Ausbildung und dient dazu, das Verständnis für das Gelernte zu vertiefen .



Überblick

„Myofascial Foundation“ (Level 1) ist unsere flexible Einführung in die Welt der Körperarbeit Rolfing® Strukturelle Integration.

Die insgesamt 9 Workshops vermitteln Ihnen ein solides grundlegendes Verständnis der myofaszialen Körperarbeit und der Prinzipien menschlicher Bewegung.

Schlüsselthemen sind Movement, Anatomy und Touch. Am Ende erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Sie erfahren mehr über:

- Körperhaltung als dynamischer Prozess in der Schwerkraft
- die Atmung, wie sie den ganzen Körper einbezieht und was einen frei fließenden Atem behindern kann
- die Dynamik des Gehens und wie alle Teile des Körpers zusammenarbeiten, um Stabilität und zugleich Mobilität zu gewährleisten
- die Grundlagen der menschlichen Anatomie
- das fasziale Bindegewebsystem des Körpers
- das Erspüren verschiedener Körperschichten wie Haut, Faszien, Muskeln und Knochen
- Bewegungsmuster und Körperhaltungen

Für wen sind diese Kurse gedacht?

- Menschen, die noch keine Erfahrung mit myofaszialer Körperarbeit haben und herausfinden wollen, ob sie das Richtige für Sie ist
- für Physiotherapeuten, Osteopathen, Pilates- oder Yogalehrer, die ihre Fähigkeiten erweitern möchten
- für Sänger, Tänzer oder Schauspieler, die entdecken wollen, wie myofasziale Körperarbeit ihnen helfen kann, ihre Technik und ihre Darbietung zu verbessern
- für Psychotherapeuten oder Coaches, die in ihrer Arbeit bewusst den Körper mit einbeziehen möchten
- für alle, die eine berufliche Laufbahn im Rolfing® Strukturelle Integration anstreben

Die Myofascial Foundation Kurse sind Voraussetzung für die Teilnahme an Level 2 der Ausbildung „Structural Fascial Bodywork“



Überblick

Level 2 “Structural Fascial Bodywork” ist die zweite Stufe der Ausbildung am Dr. Ida Rolf Institute® Europe.

In Theorie und Praxis lernen Sie Schritt für Schritt das Konzept der von Dr. Ida Rolf entwickelten 10er-Serie kennen. Dabei üben Sie, die erlernten Inhalte in der Praxis mit einem ihrer Kursteilnehmer umzusetzen. In diesem Ausbildungsabschnitt geben sie am Ende auch die ersten Sitzungen an externen Klienten.

Der Kurs erstreckt sich im modularen Format über einen Zeitraum von 8 Monaten, im intensiven Format über 8 Wochen und besteht aus 8 Modulen von jeweils 3 bis 8 Tagen. Im letzten Modul führen Sie ein Feedbackgespräch.

Die wichtigsten Inhalte dieses Ausbildungsabschnitts:

- Manuelle Interventionen nach Dr. Ida Rolfs Rezept der 10er-Serie der Strukturellen Integration
- Erkennen von Bewegungs- und Haltungsmustern - „Body Reading“
- Techniken der Körperarbeit, die Sie in Ihrer eigenen Praxis anwenden können

- Ethische Grundsätze für die Arbeit mit Klienten
- Praxisaufbau und Geschäftsplanung

Für wen ist dieser Kurs gedacht?

- Therapeuten verwandter Methoden der Körperarbeit z.B. Praktizierende der manuellen Therapie, Osteopathen, Yogalehrer, Pilates- oder Gyrotonic-Lehrer, die Structural Fascial Bodywork in ihrer Praxis anwenden möchten
- Menschen, die sich zum eigenen Wohl in die Körperarbeit vertiefen wollen, z.B. Sänger, Tänzer oder Schauspieler sind
- Quereinsteiger - wenn Sie aus einem anderen Berufsfeld kommen – dies ist ein guter Weg zu einer Karriere in der Körperarbeit

Voraussetzung zur Teilnahme am Level 2: Sie müssen zuvor alle 9 Workshops der Myofascial Foundation (Level 1) absolviert haben.



Überblick

In Level 3 vertiefen Sie Ihr Wissen über Rolfing® Strukturelle Integration und entwickeln Ihre Fertigkeiten weiter. Sie geben Ihren eigenen externen Klienten die Sitzungen der 10er-Serie – unter Supervision Ihrer Lehrer – und lernen so Schritt für Schritt, wie Sie Ihre Fähigkeiten in der Praxis umsetzen können.

Die Kurse von Level 3 erstrecken sich über 7 bis 9 Monate im modularen Format, über 8 Wochen im intensiven. Sie beinhalten 7 Module von 4 bis 6 Tagen, die modular im Abstand von 4 bis 5 Wochen unterrichtet werden. Im Modul 5 besprechen ihre Kursleiter mit Ihnen Ihre Entwicklung und gehen dabei auf Bereiche ein, die Sie möglicherweise verbessern müssen.

Mit einem erfolgreichen Abschluss von “Level 3 Rolfing® Strukturelle Integration“ qualifizieren Sie sich als Certified Rolfer® und können Mitglied der European Rolfing® Association (ERA) werden.

Die wichtigsten Inhalte von Level 3

- verfeinerte manuelle myofasziale und neurofasziale Interventionen, einschließlich tieferer Strukturen von Bändern, Viscera und Schädel
- Tests und Behandlungen für häufige strukturelle Pathologien
- die Logik hinter der Rolfing® 10er-Serie hinsichtlich ihrer biomechanischen und funktionellen Zielen
- das Erkennen von Bewegungsgewohnheiten, die zu strukturellen Beeinträchtigungen führen können

- wie Sie während der Sitzungen aktive Bewegungselemente (Rolf Movement™) als Teil des Rolfing® -Prozesses einsetzen können
- wie Sie Ihre Klienten durch Zuhören und achtsam eingesetzte Sprache unterstützen können
- welche Berührungsimpulse Sie einsetzen können, um die Bewegungskoordination und Selbstregulierung Ihrer Klienten zu verbessern
- wie Sie ein sicheres Umfeld schaffen, in dem Ihre Klienten neue Erfahrungen und Bewegungsmuster zulassen und hilfreiche Verhaltensweisen entwickeln können

Für wen ist der Kurs gedacht?

- Therapeuten verwandter Methoden der Körperarbeit, z.B. Praktizierende der manuellen Therapie, Osteopathen, Yogalehrer, Pilates- oder Gyrotonic-Lehrer, die als Rolfer® arbeiten möchten
- Quereinsteiger – wenn Sie aus einem anderen Berufsfeld kommen, führt Sie Level 3 zu einer Karriere als Certified Rolfer®

Um zum Level 3 der Ausbildung zugelassen zu werden, müssen Sie Level 2 abgeschlossen zu haben oder einen Abschluss als Structural Integrator von einer qualifizierenden Schule (IASI) verfügen.



Überblick

- Nach der Grundausbildung können Certified Rolfer® ihr Wissen vertiefen, indem sie sich mit fortgeschrittenen Themen und praktischen Beispielen beschäftigen.
- Die ERA setzt sich für die fachliche Weiterentwicklung der therapeutischen Fähigkeiten aller Absolventen ein. Aus diesem Grund bieten wir ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Programm mit 2- bis 6-tägigen Workshops an.
- Als Certified Rolfer® nehmen Sie in einem Zeitraum von drei bis sieben Jahren an mindestens 18 Tagen anerkannter Fortbildungen teil, um für das Advanced Rolfin® Training (Level 4) zugelassen zu werden.

Die Workshops im Bereich Weiterbildungen beschäftigen sich mit einem breiten Spektrum fortgeschrittener Themen. Sie können ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten in bestimmten manuellen Techniken erweitern oder Cranio-Sacral-Therapie oder Viszerale Manipulation aus der Perspektive des Rolfin® erkunden.

Darüber hinaus bieten wir im Rahmen der Weiterbildungs Workshops regelmäßig auch Rolf Movement™ - Kurse an.

Für wen sind diese Kurse gedacht?

- Certified Rolfer®, die ihr Wissen auffrischen und vertiefen wollen
- Certified Rolfer® die sich auf das Advanced Rolfin® Training vorbereiten



Überblick

Rolf Movement™ ist eine spezielle Komponente des Rolfing®, die darauf abzielt, dass Klienten Ihre neu entdeckte Körperwahrnehmung nachhaltig in alltägliche Bewegungsabläufe integrieren können. Gezielte Bewegungsschulung hilft dabei, ungesunde Muster aufzulösen, durch gesündere zu ersetzen und Bewegungen als ökonomisch, kraftvoll und fließend zu erfahren – vom vermeintlich einfachen Atmen und Gehen bis hin zu komplexeren Bewegungsabläufen.

Im Training zum Rolf Movement™ Practitioner lernen Sie, wie Sie ihre Klienten anleiten, sich mit der Schwerkraft in Bewegung „anzufreunden“ und diese Wahrnehmung zu verinnerlichen.

Im Training gibt es folgende Schwerpunkte:

- Sie vertiefen ihr Verständnis der funktionalen Aspekte der 10er-Serie.
- Der Rolfing® -Prozess wird durch Embodiment- Erkundung für Sie selbst tiefer erfahrbar. So können Sie auch Ihren Klienten ein größeres Repertoire wirksamer Wahrnehmungs – und Bewegungsübungen vermitteln
- Sie erlernen eine Strategie und die Konzeption von 3 Rolf Movement™ Sitzungen, die nicht unbedingt dem klassischen Rolfing® zugeordnet werden.

- Anhand Rolf Movement™ Theorie, -Prinzipien und selbst erlebten Übungen, erforschen Sie Sequenzen, die für die Arbeit mit Gruppen geeignet sind.

Für wen ist der Kurs geeignet?

- Rolf Movement™ ist ein separates und zugleich ergänzendes Ausbildungsprogramm zur klassischen Rolfing® Strukturellen Integration. Sie erlangen die Fähigkeit, mit Klienten spezifisch aus einer funktionalen, bewegungsbasierten Perspektive zu arbeiten, die die manuelle Arbeit unterstützt.
- Der Kurs steht Praktizierenden der Strukturellen Integration offen, die eine anerkannte (IASI) Schule für strukturelle Integration besucht haben.
- Viele Certified Rolfer® nutzen eine Rolf Movement™ Ausbildung, um ihre klassische Rolfing® Arbeit zu bereichern, andere bieten auch individuelle Movement™ Sitzungen, Gruppenkurse und Workshops an.



Überblick

Das Training zum Certified Advanced Rolfer® komplettiert die Ausbildung in Rolfin® Struktureller Integration. Es ermöglicht dem Certified Rolfer®, Verständnis und Effektivität der praktischen Arbeit zu erweitern und zu vertiefen. Das Advanced Rolfin® Training zielt darauf ab, die strukturellen, funktionalen und psychisch-biologischen Aspekte des Rolfin® auf einer neuen und tieferen Ebene kennenzulernen.

Inhalte des Level 4:

Im Advanced Training lernen Rolfer, verschiedene Arten von Restriktionen zu identifizieren und präzise, differenzierte Unterscheidungen zu treffen, um diese Einschränkungen spezifisch und effektiv zu adressieren. Es geht darum, myofasziale, artikuläre, viszerale und koordinative Themen zu erkennen und mit neu zu erlernenden Techniken und Herangehensweisen zu behandeln. Die Ausweitung der klassischen 10er-Serie hinein in eine Sequenz von Advanced Rolfin® Sitzungen steht im Mittelpunkt dieses Level 4 Kurses.

Das Advanced Rolfin® Training schließt Ihre Ausbildung mit dem Ziel ab, dass Sie Ihre Behandlung auf individuelle und unmittelbare Bedürfnisse Ihres Klienten abstimmen können.

Um dies zu ermöglichen, vermitteln die dazu qualifizierten Ausbilder:

- einen umfassenderen Ansatz zur Evaluierung des „ganzen Menschen“, basierend auf unseren strukturellen, funktionellen und psychobiologischen Taxonomien

- einen prinzipienorientierten Prozess der Entscheidungsfindung, um die vordem angewandten formalen „Rezepte“ zu ergänzen und/oder zu ersetzen
- einen systematischen Ansatz zur Mobilisierung zentraler Gelenke, so dass lokale Dysfunktionen nahtlos in dem ganzheitlichen Ansatz von Rolfin® Strukturelle Integration aufgelöst werden können
- einen Weg hin zur Weiterentwicklung des bereits bekannten, differenziert-präzisen und Rolfin-spezifischen Tastsinns, der direkte & indirekte Behandlungstechniken ermöglicht
- eine erweiterte Perspektive hinein in das therapeutische Feld, das manuelle Behandlungssequenzen anbietet
- Hilfestellungen, um eine körperzentrierte, nonverbale Beziehung zum Klienten weiterzuentwickeln, was letztlich Grundlage für effektive und nachhaltige Rolfin® Behandlungen ermöglicht

Für wen ist der Kurs geeignet?

- Mitglieder der European Rolfin® Association können die Ausbildung zum Certified Advanced Rolfer® nach drei bis sieben Jahren Praxiserfahrung absolvieren. Entscheidet sich ein Rolfer® dafür, die Weiterbildung zum Rolfin Movement™ Practitioner abzuschließen, verlängert sich der Zeitraum auf neun Jahre.

European Rolwing® Association

- Die European Rolwing® Association (kurz ERA) ist ein gemeinnütziger Verein zur Verwaltung und Betreuung der Rolfer®, sowie zum Schutz der Service Mark, des Logos und der Bezeichnung.
- Rolwing® und Rolfer® sind geschützte Begriffe, die auf der Rolwing®-Ausbildung basieren
- Ab der Zertifizierung zum Rolfer® ist man Mitglied der ERA und kann die Service Mark „Rolwing®“ und das “Little Boy Logo” verwenden. Über die Mitgliedschaft bekommt man Zugang zu Marketing Unterlagen, dem Structure, Function, Integration Journal, Flyern und wird als Rolfer® auf der Website unter ‚Find a Rolfer®‘ geführt etc.
- Mitgliedsbeitrag:
120 € für 1. + 2. Jahr, 495 € ab dem 3. Jahr
- Alle zwei Jahre organisiert die ERA ein Biennial Meeting, - Mitgliederversammlung mit Fortbildungskursen, Vorträgen und Austausch in der Community.
- Automatische Listung und Mitgliedschaft beim Dr. Ida Rolf Institute® in Boulder / USA

Regionale Organisationen in Europa

Nach Abschluss der Ausbildung werden Sie als Certified Rolfer® Teil einer internationalen Organisation mit nationalen Vertretungen in den meisten europäischen Ländern.

