
Spielerisches Kämpfen

Aggression konstruktiv leben und erleben lassen?

Freitag, 18. März 2022

09.30 Uhr bis 16.30 Uhr (1 Stunde Mittagspause)

Total 6 Stunden à 60 Minuten

Wetzikon – Atelier Tanzmal, Bahnhofstrasse 132, 8620 Wetzikon

Dieser Tagesworkshop ist Teil einer zweitägigen Weiterbildung.
Er kann auch einzeln gebucht werden.

Inhalt

Spielerisches Kämpfen ist eine wertvolle Methode, um auf lustvolle Art, ohne Worte, in Kontakt zu treten und unser Gegenüber wahrzunehmen. Wir erfahren dabei viel über unseren eigenen Raum, unsere Grenzen und die unseres Gegenübers.

In Anlehnung an die Methode „Playfight“ (nach Matteo Tangi) bieten wir dir Raum, um deiner Bewegungsfreude Ausdruck zu verleihen oder die Angst vor dem Kämpfen zu verlieren. Dabei lernst du dich und deine Art in Kontakt zu treten, besser kennen und erlebst, wie du diese mithilfe von Spielen und Ritualen kreativer und authentischer gestalten kannst.

Du lernst

- deine eigene Kraft und die deines Gegenübers zu spüren und geniessen,
- fokussiert und mit kämpferischer Klarheit in Begegnung zu sein,
- gleichzeitig in spielerischer Leichtigkeit zu sein,
- deine eigenen Grenzen und die deines Gegenübers wahrzunehmen, zu kommunizieren und zu respektieren,
- deine eigenen Grenzen nicht zu verletzen, aber auszuweiten,
- den Kämpfer/die Kämpferin in dir neu zu entdecken oder zu stärken,
- die uns alle innewohnende aggressive Energie geniessen zu dürfen und konstruktiv und achtsam einzusetzen,
- Sicherheit im Umgang mit Klient*innen bezgl. Thema Kämpfen/Aggression.

Kursleitung

Michèle Pête

Dipl. Tanz- und Bewegungstherapeutin IAC
Trainerin Gewaltfreie Kommunikation
Mutter von drei Teenagern



Simon Charen

Physiotherapeut
Playfight Facilitator
Anleiter Kampfspiele®

Organisatorisches

- **Teilnehmerzahl**
Minimum 8 / Maximum 15
- **Mitbringen**
Mätteli, bequeme Kleidung, Schreibzeug
Duschmöglichkeit vorhanden
- **Verpflegung**
Picknick oder Verpflegung in nahestehenden Restaurants
- **Kurskosten** (CHF)
Einzel-Kurstag: 200 für btk-Mitglieder / beide Kurstage: 370
Einzel-Kurstag: 220 für Nicht-btk-Mitglieder / beide Kurstage: 410
- **Frühbucher-Rabatt** (bis 2 Monate vor Kursbeginn)
CHF 20
- **Anmeldung**
Bis 4. März 2022 an das btk-Sekretariat
info@bvbtch

btk Sekretariat

Kappelenring 32c · 3032 Hinterkappelen
031 901 09 17 · info@bvbtch
www.bvbtch.ch