



© Familie Grebner

SEBASTIAN-KNEIPP-AKADEMIE

PROGRAMM 2026

WWW.KNEIPPAKADEMIE.DE

GEMEINSAM
NATÜRLICH
LEBEN

GESUNDE
LEBENSWELTEN
SCHAFFEN

Wasser



> 400
KURSANGEBOTE
PRO JAHR

Bewegung



BAD WÖRISHOFEN
BUNDESWEIT
INHOUSE

Ernährung



IM JAHR 2025 BEWÄHRT:
ONLINE-SEMINARE
U.V.M.

MEHR
GESUNDHEIT
DURCH
BILDUNG

Heilpflanzen



Ordnung



BILDUNGSZENTRUM
DES KNEIPP-BUND E.V.
EST. 1977

5 ELEMENTE
NACH KNEIPP
ERLEBEN

Unsere Ausbildungsstruktur – Ziele und Tätigkeit:

Transparenz | Gliederung | Einheitlichkeit

KNEIPP-ZERTIFIKAT

an Vorqualifikation gebundenes Basiswissen für die Vermittlung der Kneippschen Lehre in unterschiedlichen Lebenswelten

KURSLEITER/-IN UND INSTRUCTOR/-IN

umfassendes Grundlagenwissen für zielgruppenorientierte Angebote

COACH

Zielgruppenspezifische Themen mit Fokus auf persönliches Wachstum und Wohlbefinden, der Stärkung von Fähigkeiten, der Entwicklung konkreter Schritte und deren nachhaltiger Umsetzung

TRAINER/-IN

umfassendes Theorie- und Fachwissen für angepasste Trainingspläne und die gezielte Förderung gesundheitsrelevanten Verhaltens

LEHRER/-IN

profunder Einblick in Tradition und Fachwissen für die Vermittlung von Techniken für eine sachgerechte Selbst-Durchführung

ÜBUNGSLEITER/-IN

elementarisches Basiswissen für zielgruppenspezifische Programme



Sebastian-Kneipp-Akademie
für Gesundheitsbildung
Adolf-Scholz-Allee 6
86825 Bad Wörishofen
Telefon: 08247 3002-132

E-Mail: info@kneippakademie.de
Internet: www.kneippakademie.de

Sebastian-Kneipp-Akademie
 [sebastian_kneipp_akademie_de](https://www.instagram.com/sebastian_kneipp_akademie_de)

SYMBOLE



Aus- und Weiterbildungen
in Yogasana-Yoga



Aus- und Weiterbildungen in
Hatha-Yoga verschiedener
Stilrichtungen



Module für das modulare
Weiterbildungskonzept
„Yoga-Kontinuum“



Online-Seminar



Einweisung in ein Präventions-
kurskonzept Deutscher Standard
Prävention (§ 20 SGB V)

UNSERE ÖFFNUNGS- ZEITEN:

Montag & Dienstag
08:30 – 12 & 13 – 16 Uhr

Mittwoch
10 – 12 & 13 – 16 Uhr

Donnerstag
08:30 – 12 & 13 – 16 Uhr

Freitag
08:30 – 12 Uhr



WIR LADEN SIE EIN – WIR BILDEN SIE AUS!

Gerne beraten wir Sie über unsere Seminarangebote & individuellen Fördermöglichkeiten.

AKADEMIE-LEITUNG:

Brigitta E. Ernst, Claudia Sachon (stellv. Akademie-Leitung)

FACHBEREICHS-LEITUNGEN:

Sabine Auer, Carolin Faulhaber, Margarita Meier, Claudia Sachon

TEILNEHMER-MANAGEMENT:

Sabrina Heckl, Margarita Meier, Andrea Seitz

UNSERE ABSCHLÜSSE:

Kursleiter/-in
und Instructor/-in
Übungsleiter/-in
Trainer/-in
Lehrer/-in
Coach/-in
Kneipp-Zertifikat
Fort- und Weiterbildung

ÜBER EINE BEWERTUNG IM INTERNET FREUEN WIR UNS!



SIE SUCHEN DAS PASSENDE SEMINAR FÜR IHRE LIZENZ- VERLÄNGERUNG?

Ab Seite 90 finden Sie alle
passende Seminare zur
Lizenzverlängerung.

Auf Seite 94 finden
Sie unsere Kursübersicht
nach Terminen.

ABKÜRZUNGEN:

MG:
Mitgliedspreis

NMG:
Nicht-Mitgliedspreis

YogaFV:
Yoga-Fachverband

DOSB:
Deutscher Olympischer
Sportbund

HINWEIS:

Bitte beachten Sie unsere
Lehrgangsbedingungen
ab Seite 98



KNEIPP-GESUNDHEITSBILDUNG

Kneipp-Einführungskurs	S. 09
Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA	S. 09
Kneipp-Mentor/-in	S. 10
Kneipp und Wohlbefinden	S. 11
Wasser und Kräuter für die Frau	S. 11
Fit im Beruf	S. 12
Heilen mit Wasser, Wickeln und Kräutern	S. 12
Gesunder und erholsamer Schlaf	S. 12

KINDERGESUNDHEIT

Kneipp-Gesundheit für Kinder	S. 13
ONLINE: Kneipp-Anwendungen in der Kita	S. 15
Kneipp-Anwendungen in Kita und Krippe	S. 15
ONLINE: Naturheilkunde für Kinder	S. 16
ONLINE: Kneipp für die Kleinsten	S. 16

SENIORENGESUNDHEIT

Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA	S. 18
Kneipp-Mentor/-in in der Pflege SKA	S. 19
Natürliche Hautpflege	S. 20



ORDNUNG & STRESSBEWÄLTIGUNG

YOGA

Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA	S. 23
Yoga-Kontinuum	S. 24
Yoga-Ausbildung trifft Kneipp	S. 25
Workshop Asana-Intensiv I	S. 25
ONLINE: Schwerpunkt Faszien im Yoga	S. 25
Stimme und Präsenz	S. 26
ONLINE: Intensivworkshop "Pranayama (Yogische) Atemübungen	S. 26
Einführung in die Yoga Nidra Praxis I	S. 26
Yoga Nidra - AufbauSeminar II	S. 27
Jaki Nett – Yoga aus anatomischer Sicht	S. 27
Yoga mit Ali Dashti	S. 27
Heldenreise	S. 28
Workshop „Organe der Tat – Hände und Füße (Karmendriyas)“	S. 28
Silver Yoga®	S. 28
Asana konkret und Anatomie	S. 29
Yoga Nidra – der Schlaf des Yogis – und der Bezug zur Mandukya Upanishad	S. 29
Metta Meditation – Einführung in die Praxis der liebenden Güte	S. 30
Psychosomatik im Yoga	S. 30
ONLINE: Einweisung in das ZPP-Kurskonzept	S. 31

FAQ

FAQ – HÄUFIGE FRAGEN

■ Erhalte ich eine Anmeldebestätigung?

Ja. Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie, wenn Sie sich online über unsere Homepage, per E-Mail an info@kneippakademie.de oder telefonisch unter 08247/3002-132 anmelden.

■ Wie geht es nach der Anmeldung weiter?

Rund drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie von uns das Programm, organisatorische Details und die Rechnung. Der Rechnungsbetrag sollte bis Kursbeginn beglichen sein. Sie können dafür auch ein SEPA-Lastschriftmandat nutzen. Bei Ausbildungen ist eine Ratenzahlung möglich – bitte sprechen Sie dazu unser Team an. Bitte beachten Sie: Vor Kursbeginn kontaktieren wir Sie nur dann, wenn die jeweilige Veranstaltung nicht wie geplant stattfinden kann.

■ Was passiert, wenn der Kurs nicht stattfindet?

Sollte der Kurs abgesagt oder verschoben werden, entstehen für Sie keine Gebühren. Wir informieren Sie schnellstmöglich über Änderungen. Falls wir Sie telefonisch nicht erreichen, prüfen Sie bitte vor Kursbeginn auch Ihren E-Mail-Posteingang.

■ Was passiert, wenn ich meine Anmeldung zurückziehe?

Eine kostenlose Stornierung ist innerhalb von 14 Tagen nach der Kursanmeldung möglich. Bei einem Rücktritt nach Ablauf dieser Frist, aber mindestens 21 Tage vor Kursbeginn, fällt eine Bearbeitungspauschale von 30 Euro an. Erfolgt der Rücktritt später als drei Wochen vor Seminarbeginn, werden 40 % der Seminargebühr fällig. Bei einem Rücktritt innerhalb der letzten sieben Tage vor Kursbeginn sind es 60 %. Weitere Informationen finden Sie in den Lehrgangsbedingungen auf den Seiten 98/99.

■ Kann ich einen Kurs noch buchen, wenn dieser bereits begonnen hat?

Das hängt von den Kursinhalten und Ihrem Vorwissen ab. Bitte kontaktieren Sie uns telefonisch oder per E-Mail, wenn Sie Interesse an einem späteren Einstieg haben.

■ Sind die Weiterbildungen auch als Inhouse-Seminare möglich?

Ja. Wir bieten unsere Themen auch als individuelles Programm in Ihrem Unternehmen oder Ihrer Kneipp-zertifizierten Einrichtung an. Mehr Infos auf Seite 13. Sprechen Sie uns hierzu gerne an.

QIGONG & T'AI CHI CH'UAN

Übungsleiter/-in Qigong SKA	S. 33
Übungsleiter/-in T'ai Chi Ch'uan SKA	S. 34
Qigong-Lehrer/-in SKA	S. 35
T'ai Chi Ch'uan-Lehrer/-in SKA	S. 35
T'ai Chi Ch'uan-Kompaktkurs	S. 36
Kranich Qigong-Intensivseminar	S. 36
„Spiel der fünf Tiere“ – Teil I	S. 36
Kraft aus der Verbundenheit	
Wudang Shan Shiba Fa u. a. – Intensivseminar	S. 37
Stärkung der Selbstheilungskräfte mit Akupressur	S. 37
T'ai Chi Ch'uan Kurzform Intensiv	S. 38
Modul Psychologie, Pädagogik & Unterrichtsgestaltung	S. 38
Der Ying-Yang Wechsel "Voll und Leer" im T'ai Chi Ch'uan und eine "Kurzstockform" im Yangstil	S. 39
T'ai Chi Ch'uan-Partnerübungen Schritt für Schritt	S. 39

INDIAN BALANCE®

Indian Balance® Instructor	S. 40
Indian Balance® Advanced Instructor (Module 3 – 6)	S. 41
Atemcoach Infinity Breathwork	S. 43
Waldcoach – Indian Balance®	S. 43
Schmerzcoach	S. 44
Stressmanagement-Coach	S. 44
ONLINE: INFINITY BREATHWORK –	
Indian Balance® for Kids	S. 45

LEBENSORDNUNG & STRESSBEWÄLTIGUNG

Entspannungstrainer/-in SKA	S. 46
Spiritualität und Gesundheit	S. 47
Mehr Gelassenheit im Kita-Alltag	S. 47
Mit Klangschalen die innere Harmonie finden	S. 47
Entspannen mit Klangschalen in der Kita	S. 48
Zeit leben statt managen	S. 48
Auf ins Glück – Was uns wirklich glücklich macht	S. 48
Resilienz für Kinder	S. 49
Resilienz – das Geheimnis innerer Widerstandskraft	S. 49
Entspannung und Intuition	S. 49
Entspannte Augen sehen besser	S. 50

GEDÄCHTNISTRaining

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren	S. 50
Denk-Pfad® / Gedankenspaziergang	S. 51
Gedächtnistraining ohne Stift und Papier 2.0	S. 51

MÄRCHENERZÄHLKUNST

Märchenerzähler/-in SKA	S. 52
Märchen erzählen – erleben – deuten	S. 53
Erzählkunst vom Feinsten – Stimme und Ausdruck spielerisch verfeinern	S. 53
Märchen-Tisch-Theater	S. 53



BEWEGUNG & SPORT

Übungsleiter/-in Breitensport Profil Erwachsene/Ältere	S. 54
Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA	S. 55
Tanzleiter/-in für Tanzen im Sitzen	S. 55
MOVE IT – Kneipp macht Fit	S. 57
ONLINE: Bewegt und entspannt im U3-Bereich	S. 59
ONLINE: Frei durch Atmen	S. 59
ONLINE: Bewegung ist das Tor zur Sprache	S. 60
Einführung in die Feldenkrais-Methode – Bewusstheit durch Bewegung	S. 60
Gesundheitssport von Kopf bis Fuß	S. 60
Aqua-Medical-Training durch Aqua-Jogging in der Rehabilitation und als Allroundtraining	S. 61
ONLINE: Seniorensport abwechslungsreich gestalten mit NeuroKinetik®	S. 61
Beckenbodentraining in Theorie und Praxis	S. 61
ONLINE: Mit Kneipp-Ideen fit für die (Vor)Schule	S. 62
Pro Balance – Ein Konzept zur Sturzprophylaxe	S. 62
Mitgefühl für dich und mich! Eine Reise zum Regenbogen ..	S. 62
Tanzen mit Rollator	S. 63
Finde deine Balance - mit intuitiv-/ meditativem Bogenschießen und holistischer Fußgesundheit zur inneren Mitte	S. 64
Fitness und Harmonie	S. 64
Sport in allen Lebenslagen: Return to Sport – funktionales Training nach Verletzungen	S. 64
Koordination	S. 65
Eutonie trifft Kneipp	S. 65
Grüne Wiesen und blaues Wasser	S. 65
ONLINE: Kneipp-Praxisideen rund um den Jahreskreis	S. 66
Zyklus und Training – Im Rhythmus der Hormone	S. 66
ONLINE: Flexibilität in Übungsstunden & in Körper und Geist!	S. 66
Einfach spitze! Leichte Tänze im Sitzen	S. 66
ONLINE: Functional Training	S. 67
Stabil und beweglich - Hüftmuskulatur, die neuen Core-Muskeln	S. 67
ONLINE: ME TIME	S. 68
ONLINE: Pilates in Theorie und Praxis	S. 68
ONLINE: Bewegter Kneipp-Weihnachtskalender	S. 68
ONLINE: Bauchtanz für Anfänger oder Wiedereinsteiger ...	S. 68
"Embodiment" – Wie der Körper die Psyche und die Psyche den Körper beeinflusst	S. 69
Rücken	S. 69

INHALT



HEILPFLANZEN & ERNÄHRUNG



VEREINSMANAGEMENT

HYBRID: Kursleiter/-in Fastenbegleiter/-in SKA	S.70
ONLINE: Kräuter in der Winterzeit	S.71
ONLINE: Ernährung zu Pfarrer Kneipps Zeiten und Heute	S.71
ONLINE: Gesunde Ernährung in der Kita	S.71
ONLINE: Gemmolehre – Prävention mit Knospen	S.71
Klostermedizin – In der Wiege unserer Pflanzenheilkunde	S.72
ONLINE: Die wilden Grünen	S.72
Aktuelles aus der Ernährungs- und Naturstoffmedizin	S.72
Der Ernährungsführer zu mehr Lebensqualität	S.73
Prinzessin Gänseblümchen und König Löwenzahn	S.73
Darm & Mikrobiom Aktuell	S.73
Frauenkräuter	S.74
Die Natur für sich entdecken	S.74
Kräuter in der Kita	S.74
Naturerlebnisse im Wald für Kinder	S.74
Mit Heilpflanzenwissen spielen	S.75
Die Heilkraft des Waldes	S.75
Wilde Kräuter-Apotheke	S.75
ONLINE: Kinderleichte Kräuterkosmetik	S.76
Heilkräuterwerkstatt	S.76
Was Pflanzenfarben alles können	S.76
Kräuter zum Wohlfühlen für Senioren	S.77
Heilpflanzen für starke Nerven und guten Schlaf bei Senioren	S.77
ONLINE: Ernährung bei Demenz	S.78
Heilkräuter im Pflegealltag	S.78
Die Mikrobiomküche – köstliche Rezepte für ein gesundes Mikrobiom	S.78
Wohlfühlen mit ätherischen Ölen	S.79
Einsatz von Kräutern bei Demenz	S.79
Fastenwelt aktuell – neue Inspirationen	S.79
ONLINE: Immunstark durch den Winter	S.79

ONLINE: Der Vereinsführerschein	S.80
ONLINE: Marketing im Kneipp-Verein	S.80
Frisch ins Amt gewählt?	S.81
ONLINE: INSTAGRAM – so funktioniert's	S.81
Prävention sexualisierter Gewalt im Sport	S.81

QUALIFIKATION FÜR REFERIERENDE

Gesunde Führung beginnt bei gesunder Selbstführung	S.82
Bodyleading® – Dein Körper spricht	S.82
Finde deinen inneren Frieden durch Achtsamkeit und Meditation	S.83
ONLINE: Viele Hüte, wenig Zeit?	S.83
ONLINE: Wissen entfalten, Wirkung gestalten	S.83
ONLINE: KI als Power-Tool für Referent/-innen	S.84
ONLINE: Storytelling im Business	S.84
ONLINE: Präsentationen die Wirken	S.84
ONLINE: E-Mail-Marketing 2026	S.85
ONLINE: Erstkontakte am Telefon professionell meistern	S.85
ONLINE: KI macht es leicht – Öffentlichkeitsarbeit die wirkt	S.86
ONLINE: Social Media Trends 2026	S.86
ONLINE: Sichtbar werden, Vertrauen aufbauen	S.86
ONLINE: Stimme. Haltung. Wirkung	S.87
Schluss mit Lampenfieber	S.87

LIZENZVERLÄNGERUNG	S.88
NOTIZEN	S.91
SEMINARE NACH TERMINEN	S.92
UNSER REFERENTENTEAM	S.96
LEHRGANGSBEDINGUNGEN	S.98



★ IHRE MEINUNG ZÄHLT ★

Teilen Sie Ihre Erfahrungen mit der
Sebastian-Kneipp-Akademie
auch auf Google.

Ihre Bewertung hilft uns, noch besser
zu werden – und unterstützt Andere
bei ihrer Entscheidung.

Vielen Dank! 🍀





KNEIPP- GESUNDHEITS BILDUNG

Sebastian Kneipp entwickelte eines der wirkungsvollsten Naturheilverfahren: eine umfassende ganzheitliche Heil- und Lebensweise. Aufbauend auf den fünf Elementen – Haltung und Bewegung, Ernährung,

Natürliche Reize/Kneippsche Anwendungen, Heilpflanzen und Selbstmedikation, Lebensordnung – hat er eine den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele begreifende Gesundheitslehre etabliert.

BASISKURS KNEIPP-EINFÜHRUNGSKURS

Pfarrer Sebastian Kneipp entwickelte eines der bekanntesten klassischen Naturheilverfahren für eine umfassende ganzheitliche Heil- und Lebensweise. Aufbauend auf den fünf Elementen – Haltung und Bewegung, Ernährung, Natürliche Reize/Kneippsche Anwendungen, Heilpflanzen und Selbstmedikation, Lebensordnung – hat er eine Heil- und Lebensweise etabliert, die den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele begreift. In diesem Seminar führen wir Sie in die Theorie und Praxis der fünf Kneippschen Elemente ein. 20 LE

HINWEIS

Dieses Seminar wird allen empfohlen, die die Grundlagen des Kneipp-Gesundheitskonzeptes erfahren und damit ihre Arbeit im Kurs oder Kneipp-Verein bereichern wollen. Unsere erfahrenen Kneipp-Referenten/-innen vermitteln Ihr Fachwissen praxisorientiert. Dazu versorgen wir Sie mit ergänzenden schriftlichen Unterlagen.

Ort	Siehe Angebote
Gebühr	MG 209 €, NMG 259 €; reine Seminargebühr

BADEN-WÜRTTEMBERG

Seminar-Nr.	226001
Ort	Schorndorf
Leitung	Simone Ankele
Termin	Sa, 09.05. – So, 10.05.2026

Seminar-Nr.	226002
Ort	Sigmaringen
Leitung	Simone Ankele
Termin	Fr, 09.10. – So, 11.10.2026

BAYERN

Seminar-Nr.	226003
Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Birgit Widmann
Termin	Fr, 17.04. – So, 19.04.2026

Seminar-Nr.	226004
Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Birgit Widmann
Termin	Fr, 25.09 – So, 27.09.2026

TRAINER/-IN KNEIPP-GESUNDHEITSTRAINER/-IN SKA

Die Kneippsche Anwendungen und Lebensweise sind eine gute Basis für mehr Wohlbefinden und einen aktiveren, gesünderen und natürlicheren Lebensstil. Eine Kur eignet sich gut als Einstieg oder Umstieg in eine aktive Veränderung in der Lebensweise. Doch erst die regelmäßige und dauerhafte Anwendung und Ausübung zuhause sichert die Nachhaltigkeit des Konzeptes. Als Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA unterstützen Sie Ihre Mitmenschen auf dem Weg der alltagstauglichen und eigenverantwortlichen Prävention auf Basis der Kneippschen Gesundheitslehre. 150 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Drei Ausbildungsseminare à 50 LE

INHALTE

- ▶ Einführung in das Kneippsche Gesundheitskonzept
- ▶ Möglichkeiten/Grenzen der Kneipp-Anwendungen zu Hause
- ▶ Einblick in die 5 Elemente Kneipps in Theorie und Praxis
- ▶ Kneipp-Anwendungen bei Befindlichkeitsstörungen
- ▶ Organisation von Veranstaltungen
- ▶ Methodische und didaktische Grundlagen

**ZIELGRUPPE**

Offen für alle Interessierten, Kurs- und Übungsleiter/-innen

AUSBILDUNGSZIELE

Ganzheitliche Gesundheitsförderung nach Kneipp kennenlernen und über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen verfügen, um gesundheitsfördernde Maßnahmen organisieren und umsetzen zu können sowie einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss (schriftl. Prüfung, prakt. Lehrprobe) erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“, die Sie berechtigen, selbstständig Gesundheitsförderung nach Kneipp fachlich fundiert zu vermitteln. Unsere erfahrenen Kneipp-Referenten/-innen vermitteln Ihr Fachwissen praxisorientiert. Dazu versorgen wir Sie mit ergänzenden schriftlichen Unterlagen.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Ort	Siehe Angebote
Gebühr	Gesamtpreis MG 1.320 €, NMG 1.590 € pro Seminar MG 440 €, NMG 530 €, reine Seminargebühr

BAYERN

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ines Wurm-Fenkl
Seminar-Nr.	226005 I 1. Ausbildungsseminar Do, 12.02. – Di, 17.02.2026
Seminar-Nr.	226006 I 2. Ausbildungsseminar Do, 04.06. – Di, 09.06.2026
Seminar-Nr.	226007 I 3. Ausbildungsseminar Do, 20.08. – Di, 25.08.2026

Beginn jeweils um 15 Uhr am Anreisetag, Ende 13 Uhr am Abreisetag

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ines Wurm-Fenkl
Seminar-Nr.	226008 I 1. Ausbildungsseminar Mo, 06.04. – Fr, 10.04.2026
Seminar-Nr.	226009 I 2. Ausbildungsseminar Mo, 20.07. – Fr, 24.07.2026
Seminar-Nr.	226010 I 3. Ausbildungsseminar Do, 01.10. – Mo, 05.10.2026

Beginn jeweils 9 Uhr am Anreisetag, Ende 17 Uhr am Abreisetag

HESSEN

Ort	Bad Camberg
Leitung	Antje Martin
Seminar-Nr.	226011 I 1. Ausbildungsseminar Do, 30.04. – Mo, 04.05.2026
Seminar-Nr.	226012 I 2. Ausbildungsseminar Do, 10.9. – Mo, 14.09.2026
Seminar-Nr.	226013 I 3. Ausbildungsseminar Do, 22.10. – Mo, 26.10.2026

Beginn jeweils um 9 Uhr am Anreisetag,
Ende 17 Uhr am Abreisetag

KNEIPP-ZERTIFIKAT**KNEIPP-MENTOR/-IN SKA – SCHWERPUNKT: KNEIPPSCHE ANWENDUNGEN**

In diesem Seminar lernen Sie die Kneippschen Anwendungen aus der Gesundheitslehre nach Sebastian Kneipp in Theorie und Praxis kennenlernen. Regelmäßig praktiziert erhöhen Kneipp-Anwendungen die Stresstoleranz und das ganzheitliche Wohlbefinden. Als Kneipp-Mentor/-in SKA unterstützen Sie Ihre Mitmenschen auf dem Weg der alltagstauglichen und eigenverantwortlichen Prävention auf Basis der Kneippschen Gesundheitslehre. Der Fokus liegt in dieser Weiterbildung auf der Gesundheitssäule „Wasser“. Der Inhalt entspricht dem Praxiskurs des Lehrgangs „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“ (2. Ausbildungsseminar). 50 LE

INHALTE

- ▶ Kurze Einführung in das Kneippsche Gesundheitskonzept
- ▶ Das Kneippsche Element Wasser in Theorie und Praxis
- ▶ Grundlagenwissen zu Kneipp-Anwendungen
- ▶ Theorie von Abhärtung und Immunsystem, Thermoregulation, Reizreaktion & -stärke, Fehlreaktion u. Eigenschaften des Wassers
- ▶ Praktisches Üben von Güssen, Waschungen, Wickeln und Auflagen, Bädern sowie Sauna, Wassertreten und Trockenbürsten
- ▶ Methodische und didaktische Grundlagen

ZIELGRUPPE

Offen für alle Interessierte, Kurs- und Übungsleiter/-in

HINWEIS

Die Weiterbildung zum/r „Kneipp-Mentor/-in SKA“ wird besonders für Ehrenamtliche im Kneipp-Verein empfohlen, die die Kneippschen Anwendungen besser kennenlernen wollen. Unsere erfahrenen Kneipp-Referenten/-innen vermitteln Ihr Fachwissen praxisorientiert. Ergänzend versorgen wir Sie mit schriftlichen Unterlagen.

AUSBILDUNGSZIELE

Die Teilnehmer/-innen sollen die Wirkfaktoren der Wasseranwendungen nach Kneipp verstehen und praktische Fertigkeiten erlernen.

UNSER TIPP

Weiterführende Qualifizierung zum/r „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“ mit dem 1. und 3. Ausbildungsseminar des Lehrgangs „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“ ist anschließend möglich.

Ort	Siehe Angebote
Gebühr	MG 440 €, NMG 530 €; reine Seminargebühr

BAYERN

Seminar-Nr.	226014
Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Simone Ankele
Termin	Mo, 15.06. (10 Uhr) – Fr, 19.06.2026 (17 Uhr)
Seminar-Nr.	226015
Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Simone Ankele
Termin	Mi, 02.09. (10 Uhr) – So, 06.09.2026 (17 Uhr)

NORDRHEIN-WESTFALEN

Seminar-Nr.	226016
Ort	Olsberg
Leitung	Antje Martin
Termin	Mo, 03.08. (9 Uhr) – Fr, 07.08.2026 (18 Uhr)

Seminar-Nr. 226017

Ort Essen
 Leitung Katja Götz-Fillbrandt
 Termin Do, 12.11. (9 Uhr) – Mo, 16.11.2026 (18 Uhr)

Gebühr: MG 440 €, NMG 530 €, reine Seminargebühr
 Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband Nordrhein-Westfalen, Planckstr. 42, 45147 Essen, Tel. 0201 2487-282, E-Mail kontakt@kneippbund-nrw.de

HESSEN**Seminar-Nr. 226018**

Ort Bad Nauheim
 Leitung Antje Martin
 Termin Mo, 22.06. (9 Uhr) – Fr, 26.06.2024 (18 Uhr)



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG KNEIPP UND WOHLBEFINDEN

„Gesundheit kriegt man nicht im Handel, sondern nur durch Lebenswandel“, meinte schon Sebastian Kneipp. Er entwickelte sein ganzheitliches Gesundheitskonzept zur Gesundheitsvorsorge und zur Wiederherstellung der Gesundheit. Gesundheitsvorsorge soll für den Einzelnen keine lästige Zusatzarbeit bedeuten, sondern mit Spaß und Freude in den Alltag integriert werden. Entdecken Sie, wie

einfach es ist, zuhause mit Kneipp Ihre eigene „Gesundheitsoase mit Wohlfühlambiente“ zu schaffen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Kneippsche Wasseranwendungen für Körper, Geist und Seele
- ▶ Auflagen und Wickel zur Gesundheitsvorsorge
- ▶ Heilkräuterzubereitungen – auch für Befindlichkeitsstörungen
- ▶ Ätherische Öle fürs eigene Wohlfühlen

Seminar-Nr. 226019

Ort Bad Wörrishofen
 Referentin Gabriele Baumeister
 Termin Sa, 28.02. (9:30 Uhr) – So, 01.03.2026 (16 Uhr)
 Gebühr MG 229 €, NMG 269 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG WASSER UND KRÄUTER FÜR DIE FRAU

Was Kneipp den Frauen schenkte

Ein natürlicher, achtsamer Umgang mit sich, stärkt uns Frauen und führt zu einem positiven Gesundheitserleben. Die fünf Elemente des Kneippschen Gesundheitskonzeptes bieten ein breites Spektrum für die Frauengesundheit. In diesem Seminar liegt der Fokus auf Kneipp-Anwendungen und Heilkräutern, die auch in der Kombination gut bei typischen Frauenbeschwerden eingesetzt werden können. Beispielsweise bei müden Beinen, Einschlafstörungen, zur Stärkung des Immunsystems, zur Straffung des Bindegewebes oder zur Linderung von Wechseljahrsbeschwerden.

Heilkräuter eignen sich hervorragend für eine natürliche Körperpflege. Sie erfahren in diesem Seminar, wie Kräuter für pflegende Anwendungen eingesetzt werden können, in Form von Auflagen, Masken u.a. Zudem erhalten Sie Ideen für die Erstellung einer Teebar mit interessanten Mischungen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Anwendungen bei typischen Frauenbeschwerden
- ▶ Wasser und Kräuter für ein straffes Bindegewebe
- ▶ Natürliche Kosmetik – Herstellen verschiedener Produkte
- ▶ Teemischungen für verschiedene Zwecke
- ▶ Praktisches Üben ausgewählter Kneipp-Anwendungen

Seminar-Nr. 226020

Ort Tecklenburg
 Referentinnen Heike Gödeke, Petra Höner
 Termin Sa, 28.02. (9:30 Uhr) – So, 01.03.2026 (16 Uhr)
 Gebühr MG 229 €, NMG 269 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG FIT IM BERUF

Wie Sie mit Kneipp Ihre Leistungsfähigkeit erhalten und steigern können

Unser Berufsalltag ist sehr leistungsorientiert und verlangt uns viel ab. Dabei ist es wichtig, dass wir achtsam mit unseren Ressourcen umgehen. Nur im verantwortungsvollen Umgang mit der eigenen Gesundheit bleiben wir fit, leistungsfähig und fühlen uns wohl. Ein gesunder Lebensstil mit körperlicher Aktivität, gesunder Ernährung und mentaler Ausgeglichenheit trägt zu körperlicher und mentaler Leistungsfähigkeit bei. Das Kneippsche Gesundheitskonzept mit seinen fünf Elementen

unterstützt Sie dabei, Ihre Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu steigern. In diesem praxisorientierten Seminar erhalten Sie einfache, schnell umsetzbare Anleitungen und Tipps, die Sie gleich in Ihren Tagesablauf, auch am Arbeitsplatz, umsetzen können. So sind Sie für die Anforderungen im Beruf gerüstet. 16 LE

INHALTE

- ▶ Kneippsche Wasser-Anwendungen in Theorie und Praxis, die den Kopf frei machen
- ▶ Brainfood – Essen fürs Gehirn
- ▶ Heilkräuter zur Nervenstärkung
- ▶ Haltungsschäden im Beruf verhindern
- ▶ Lebensordnung – „Vergesst mir die Seele nicht“

Seminar-Nr.	226021
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Sa, 13.06. (9:30 Uhr) – So, 14.06.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 269 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG HEILEN MIT WASSER, WICKELN UND KRÄUTERN

Das Kneippsche Gesundheitskonzept eignet sich besonders gut, um Befindlichkeitsstörungen gezielt entgegenzuwirken und das Gesamtfinden zu verbessern. In diesem Seminar wiederholen, vertiefen und erweitern Sie Ihr Wissen durch gezieltes Üben der Anwendungen Güsse, Wickel, Bäder mit und ohne Kräuterzusätzen. Die wohltuende Wirkung bei Gelenks-, Herz- und Kreislaufbeschwerden, hohem oder niedrigem Blutdruck, Schlafstörungen, Venenschwäche,

Rücken- und Verdauungsproblemen, wird erläutert und immer wieder exemplarisch selbst erlebt. Begegnen Sie den Beschwerden durch gezielte Kneipp-Anwendungen. Wie, das erfahren Sie im Seminar in einem regen Erfahrungsaustausch. 16 LE

ZIELGRUPPE

Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA, Gesundheitspädagoge/-in SKA mit dem Schwerpunkt Natürliche Reize, Gesundheits- und Krankenpfleger/-in, Altenpfleger/-in sowie Mitarbeiter/-in von zertifizierten Einrichtungen, die den entsprechenden Grundlehrgang besucht haben.

Seminar-Nr.	226022
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Ines Wurm-Fenkl
Termin	Mi, 13.05. (17 Uhr) – Fr, 15.05.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 269 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GESUNDER UND ERHOLSAMER SCHLAF

Einschlaf- oder Durchschlafprobleme mit ihren unangenehmen Auswirkungen am nächsten Tag, kennt wohl fast jeder von uns. Sie können unsere Lebensqualität deutlich beeinträchtigen. Die Gründe für Schlafprobleme sind sehr vielfältig, häufig zählen auch unsere Lebensgewohnheiten dazu. Anstelle von Schlaftabletten können eine Lebensstiländerung und der Einsatz naturheilkundlicher Maßnahmen wirkungsvoll helfen. Das Kneippsche Gesundheitskonzept mit seinen fünf Elementen bietet zahlreiche Hilfen für einen gesunden und erholsamen Schlaf. In diesem Seminar erfahren Sie theoretisches Basis-

wissen über die Funktionsweise des Schlafes und erleben praktische Anwendungsbeispiele für schlaffördernde Maßnahmen, die sich in der Praxis bewährt haben. 16 LE

INHALTE

- ▶ Wie funktioniert eigentlich Schlaf?
- ▶ Schlafqualität erhöhen mit den Kneippschen Elementen in Theorie und Praxis
- ▶ Natürliche Reize: Nasse Strümpfe, Waschungen und Güsse
- ▶ Heilkräuter in Form von Teezubereitungen, Einschlafkissen u.a.
- ▶ Aromatherapie
- ▶ Richtige Bewegung
- ▶ Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen beim Waldbaden
- ▶ Ernährungstipps

Seminar-Nr.	226023
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Sa, 09.05. (9:30 Uhr) – So, 10.05.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 269 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr



INFO

Inhouse-Seminare –

individuell in allen Bereichen der Kneippschen Elemente für:

- ▶ Kita
- ▶ Schule
- ▶ Senioreneinrichtungen
- ▶ Kliniken
- ▶ Firmen im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Auf Anfrage planen wir mit Ihnen ganz individuell (Tages-)Weiterbildungen in Präsenz oder online für Sie und Ihr Team.

Themen finden Sie in unserem Seminarprogramm oder maßgeschneidert nach Ihrem Bedarf. Ergänzende Themen sind z.B.

- ▶ Kinder brauchen Rituale
- ▶ Tränen-Meer-Zeit – Abschied, Trauer, Trennungsschmerz
- ▶ Yoga für Kinder
- ▶ Mit Kindern im Wald
- ▶ Bewegung und Entspannung für Kita-Team und Kinder
- ▶ Fit im Beruf – Kneipp erfahren und erleben

Anfragen bitte an info@kneippakademie.de

KINDER- GESUNDHEIT

Unsere Aus- und Weiterbildungen für Erzieher- und Lehrer/-innen zeigen Ihnen, wie Kindern spielerisch die

Grundlagen einer gesunden und naturgemäßen Lebensweise nähergebracht werden können. Schulen und

Kindertageseinrichtungen haben durch die Umsetzung der Kneippschen Gesundheitsidee die Möglichkeit,

das Gütesiegel „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Kindertageseinrichtung / Schule“ zu erwerben.

KNEIPP-ZERTIFIKAT

KNEIPP-GESUNDHEIT FÜR KINDER

Basisausbildung zur Umsetzung des Kneippschen Gesundheitskonzeptes in pädagogischen Einrichtungen wie Grundschulen, Heimen, Horten, Kindergärten, Krippen

Der ganzheitliche Ansatz Kneipps lässt sich ideal in den Alltag integrieren. Kinder sind offen und neugierig, noch frei von eingefahrenen Verhaltensmustern. Dies bietet ideale Voraussetzungen, auf spielerischem Wege Grundlagen für eine naturgemäße, gesunde Lebensweise zu legen, um ganzheitliche Gesundheitsförderung nach Kneipp mit Kindern im Alltag zu planen und umzusetzen. Der Besuch des Seminars ist eine der Voraussetzungen zum Erwerb der Zertifizierung „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Kindertageseinrichtung“ bzw. „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Schule“. Das Seminar befähigt Sie, in Ihrer Einrichtung Programme nach dem Kneippschen Präventionsansatz zu integrieren. 40 LE

INHALTE

- ▶ Die fünf Elemente Kneipps in Theorie und Praxis
- ▶ Möglichkeiten der Integration in den pädagogischen Alltag
- ▶ Erfahrungsberichte über zertifizierte Einrichtungen

ZIELGRUPPE

Erzieher/-in, Lehrer/-in und andere pädagogische Fachkräfte

AUSBILDUNGSZIELE

Gesundheitsförderung nach dem Kneippschen Präventionsansatz in Kindertageseinrichtungen und Schulen planen und durchführen.

UNSER TIPP

Weiterführende Qualifizierung zum/r „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“. Die Ausbildung besteht aus insgesamt drei Seminaren (siehe S. 9 & 10) und befasst sich schwerpunktmäßig mit den Kneippschen Anwendungen in Theorie und Praxis. Als Absolvent/-in der Ausbildung „Kneipp-Gesundheit für Kinder“ können Sie in das 2. Ausbildungsseminar des „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA“ einsteigen, wenn Sie zusätzlich noch den Kneipp-Einführungskurs nachweisen können.

BADEN-WÜRTTEMBERG

Seminar-Nr. 226024

Ort Schorndorf

Leitung Simone Ankele

Termin Di, 07.04. (9 Uhr) – Fr, 10.04.2026 (18 Uhr)

Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

BAYERN

Seminar-Nr. 226025

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 26.01. (14 Uhr) – Fr, 30.01.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226026

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 23.02. (14 Uhr) – Fr, 27.02.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226027

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 09.03. (14 Uhr) – Fr, 13.03.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226028

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 16.03. (14 Uhr) – Fr, 20.03.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226029

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 13.04. (14 Uhr) – Fr, 17.04.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226030

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 04.05. (14 Uhr) – Fr, 08.05.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226031

Ort Bad Wörishofen

Leitung Gabriele Baumeister

Termin Mo, 21.09. (14 Uhr) – Fr, 25.09.2026 (13 Uhr)



Seminar-Nr. 226032
Ort: Bad Wörishofen
Leitung: Gabriele Baumeister
Termin: Mo, 12.10. (14 Uhr) – Fr, 16.10.2026 (13 Uhr)

Seminar-Nr. 226033
Ort: Bad Wörishofen
Leitung: Gabriele Baumeister
Termin: Mo, 09.11. (14 Uhr) – Fr, 13.11.2026 (13 Uhr)

HESSEN

Seminar-Nr. 226034
Ort: Bad Nauheim
Leitung: Gabriele Baumeister & Antje Martin
Termin: Teil 1: Fr, 05.06. (14 Uhr) – So, 07.06.2026 (18 Uhr)
Teil 2: Fr, 19.06. (14 Uhr) – So, 21.06.2026 (18 Uhr)
Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

BERLIN-BRANDENBURG

Seminar-Nr. 226035
Ort: Berlin-Spandau
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 19.03. – So, 22.03.2026

Seminar-Nr. 226036
Ort: Berlin-Charlottenburg
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 16.04. – So, 19.04.2026

Seminar-Nr. 226037
Ort: Buckow
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 28.05. – So, 31.05.2026

Seminar-Nr. 226038
Ort: Petershagen
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 25.06. – So, 28.06.2026

Seminar-Nr. 226039
Ort: Buckow
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 17.09. – So, 20.09.2026

Seminar-Nr. 226040
Ort: Berlin-Charlottenburg
Leitung: Ursula Langer
Termin: Do, 08.10. – So, 11.10.2026
Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband Berlin-Brandenburg, Aßmannshauser Str. 23a, 14197 Berlin, Tel. 030 8224317, E-Mail: info@kneipplandesverband-bb.de

MECKLENBURG-VORPOMMERN

Seminar-Nr. 226041
Ort: Schwerin
Leitung: Beate Möller
Termin: Teil I: Sa, 21.02. – So, 22.02.2026
Teil II: Sa, 21.03. – So, 22.03.2026

Seminar-Nr. 226042
Ort: Neustrelitz
Leitung: Beate Möller
Termin: Teil I: Sa, 11.04. – So, 12.04.2026
Teil II: Sa, 30.05. – So, 31.05.2026

Seminar-Nr. 226043
Ort: Banzkow
Leitung: Beate Möller
Termin: Teil I: Sa, 05.09. – So, 06.09.2026
Teil II: Sa, 10.10. – So, 11.10.2026

Seminar-Nr. 226044
Ort: Sellin
Leitung: Beate Möller
Termin: Teil I: Sa, 07.11. – So, 08.11.2026
Teil II: Sa, 21.11. – So, 22.11.2026
Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband Mecklenburg-Vorpommern: Kompetenzzentrum nach Kneipp, Burgplatz 2, 19395 Plau am See, Tel. 0162 1044605
E-Mail: kneipp-plau@freenet.de

NORDRHEIN-WESTFALEN

Seminar-Nr. 226045
Ort: Warendorf
Leitung: Irene Hirschhausen-Spork
Termin: Teil I: Sa, 21.03. – So, 22.03.2026
Teil II: Sa, 25.04. – So, 26.04.2026

Seminar-Nr. 226046
Ort: Gladbeck
Leitung: Josi Marten
Termin: Teil I: Sa, 30.05. – So, 31.05.2026
Teil II: Sa, 27.06. – So, 28.06.2026

Seminar-Nr. 226047
Ort: Minden
Leitung: Irene Hirschhausen-Spork
Termin: Do, 24.09. – So, 27.09.2026
Gebühr: MG 335 €, NMG 395 €, reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226048
Ort: Tecklenburg
Leitung: Irene Hirschhausen-Spork
Termin: Mo, 19.10. – Do, 22.10.2026
Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband Nordrhein-Westfalen, Planckstr. 42, 45147 Essen, Tel. 0201 2487-282, E-Mail: kontakt@kneippbund-nrw.de
Die Kursbuchung erfolgt direkt über die Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen.



SACHSEN-ANHALT

Seminar-Nr. 226049

Ort Finnland/Saubach

Leitung Antje Martin

Termin Mo, 06.07. (14 Uhr) – Fr, 10.07.2026 (13 Uhr)

Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

SACHSEN

Seminar-Nr. 226050

Ort Meißen

Leitung Heiko Büttner

Termin Teil I: Sa, 25.04. – So, 26.04.2026

Teil II: Sa, 16.05. – So, 17.05.2026

Seminar-Nr. 226051

Ort Struppen

Leitung Heiko Büttner

Termin Teil I: Sa, 10.10. – So, 11.10.2026

Teil II: Sa, 31.10. – So, 01.11.2026

Gebühr: MG 325 €, NMG 385 €, reine Seminargebühr

Bei Fragen wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband Sachsen e.V., Wehlener Str. 46, 01279 Dresden, Tel. 0351 328 99 882 oder Handy 0172 566 94 16, E-Mail: bildung@kneipp-sachsen.de



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG**KNEIPP-ANWENDUNGEN IN DER KITA**

Austausch für zertifizierte Einrichtungen und Einrichtungen auf dem Weg zur Zertifizierung



Kneipp-Anwendungen sind ein wichtiger Bestandteil in zertifizierten Einrichtungen. Wir wollen an diesem Tag unsere Erfahrungen, unsere Fragen und auch die fortwährenden Aufgaben in einer zertifizierten Einrichtung

genauer betrachten. Das Grundlagenwissen über die thermischen Reize werden wir vertiefen und Kneipp-Anwendungen wie Güsse, Waschungen, Bürsten intensiv besprechen. Gewinnen Sie die Sicherheit für die richtige Durchführung. Auch die Elternarbeit wird im Mittelpunkt stehen. Die richtige Umsetzung der Kneipp-Anwendungen in Krippe, Kindergarten, Hort oder Schule bildet bei diesem Erfahrungsaustauschtag den Schwerpunkt. 8 LE

ZIELGRUPPE:

Personen mit Grundlagenwissen zu Kneipp-Anwendungen.

Seminar-Nr. 226052

Ort Zoom

Referentin Heike Gödeke

Termine Teil I: Mi, 11.02.2026

Teil II: Do, 12.02.2026

(jeweils 15 – 18 Uhr)

Gebühr MG 95 €, NMG 119 €,

reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG**KNEIPP-ANWENDUNGEN IN KITA UND KRIPPE**

Erfahrungsaustausch für zertifizierte Einrichtungen

Kneipp-Anwendungen sind wichtiger Bestandteil in zertifizierten Einrichtungen. In diesem Seminar wird das Basiswissen über Kneipp-Anwendungen aufgefrischt und vertieft. Verschiedene Güsse, Waschungen und Bürsten werden in der Praxis geübt, damit Sie die Sicherheit für die richtige Durchführung ge-

winnen. In vielen zertifizierten Einrichtungen werden Kinder unter 3 Jahren betreut. Da stellt sich häufig die Frage, ob und welche Kneipp-Maßnahmen in diesem Alter möglich sind. Schon mit den Kleinsten kann mit den Kneipp-Anwendungen begonnen werden. Erfahren Sie, welche Anwendungen speziell für Kinder unter 3 Jahren sinnvoll und geeignet sind. Die richtige Umsetzung der Kneipp-Anwendungen in Krippe, Kindergarten, Hort oder Schule steht in diesem Seminar im Mittelpunkt, auch für Ihre Fragen und dem Erfahrungsaustausch untereinander bleibt genügend Raum. 8 LE

ZIELGRUPPE:

Personen mit Grundlagenwissen zu Kneipp-Anwendungen.

Seminar-Nr. 226053

Ort Bad Wörishofen

Referentin Gabriele Baumeister

Termin Di, 28.04.2026

(9:30 – 16:30 Uhr)

Gebühr MG 129 €, NMG 155 €,

reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG NATURHEIL- KUNDE FÜR KINDER

Was hilft bei Fieber, Schnupfen und Co?



Gerade im Kindesalter wirken natürliche Heilmittel sanft, rasch und sind dabei meist nebenwirkungsfrei. Und doch ist viel Wissen aus diesem Bereich nicht mehr bekannt oder Methoden werden, aus Angst etwas falsch zu machen, nicht angewendet. Nicht alle Anwendungen, die für Erwachsene geeignet sind, sind auch im Kindesalter umsetzbar. In diesem Seminar erfahren Sie, wie häufige Beschwerden und Erkrankungen im Kindesalter mit Wickeln, Hausmitteln, pflanzlichen Heilmitteln und

Akupressur gelindert und wie diese auch zur Vorbeugung und Stärkung des Immunsystems angewendet werden können. Auch die Grenzen der Selbstbehandlung werden im Seminar besprochen. 8 LE

INHALTE

- ▶ Wirkungsvolle und bewährte Heilmittel zur sanften kindlicher Beschwerden
- ▶ Anwendung von Hausmitteln, Wickeln, Wasser, Heilpflanzen und ätherischen Ölen
- ▶ Anwendung von Akupressur
- ▶ Vorbeugung und Stärkung des Immunsystems aus naturheilkundlicher Sicht

Seminar-Nr.	226054
Ort	Zoom
Referentin	Dr. Catharina Amarell
Termin	Fr., 12.06.2026 (08:30 – 15:30 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG KNEIPP FÜR DIE KLEINSTEN – GESUND- HEIT VON ANFANG AN

Kneipp im Krippenbereich



In den ersten Jahren findet bei den Kleinsten ein spielerisches Erlernen bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten für das weitere Leben statt. Spielerisch kann Kindern von klein auf eine gesunde und wertvolle Beziehung zu sich und der Umwelt vermittelt werden. Wir sind Begleiter auf dem Weg der Kinder geben ihnen möglichst viele Impulse zum Ausprobieren mit. In diesem Online-Seminar werden wir uns gemeinschaftlich austauschen und Anre-

gungen für den Kneipp-Alltag im U3-Bereich finden. Themen wie Teamaktivierung und eine transparente Elternarbeit werden ebenso Inhalt sein. Welche Ressourcen können hierfür genutzt werden und wie können wir eventuelle Sorgen und Ängste mildern und wertvolles Wissen weitergeben? 8 LE

INHALTE

- ▶ U3-Pädagogik
- ▶ Die 5 Kneipp-Elemente im Krippenalltag integrieren und praktisch umsetzen
- ▶ Elternarbeit
- ▶ Teamfortbildung
- ▶ Konzeptionelle Erarbeitung für den Krippenbereich

Seminar-Nr.	226055
Ort	Zoom
Referentin	Antje Martin
Termin	Teil I: Mi, 18.11.2026 Teil II: Do, 19.11.2026 (jeweils 15 – 18 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERE AUS- & WEITERBILDUNGEN

Indian Balance® for Kids	S. 45	Märchen-Tisch-Theater	S. 53	Naturerlebnisse im Wald für Kinder	S. 74
Entspannungstrainer/-in SKA	S. 46	Bewegt und entspannt im U3-Bereich	S. 59	Kinderleichte Kräuterkosmetik	S. 76
Mehr Gelassenheit im Kita-Alltag	S. 47	Bewegung ist das Tor zur Sprache	S. 60		
Entspannen mit Klangschalen in der Kita	S. 48	Mit Kneipp-Ideen fit für die (Vor-)Schule	S. 62		
Auf ins Glück – Was uns wirklich glücklich macht	S. 48	Kneipp-Praxisideen rund um den Jahreskreis	S. 66		
Resilienz für Kinder	S. 49	Bewegter Kneipp-Weihnachtskalender	S. 68		
Resilienz – das Geheimnis innerer Widerstandskraft	S. 49	Gesunde Ernährung in der Kita	S. 71		
Märchenerzähler/-in SKA	S. 52	Prinzessin Gänseblümchen und König Löwenzahn	S. 73		
Märchen erzählen – erleben – deuten	S. 53	Kräuter in der Kita	S. 74		

**KNEIPP-KITA FORUM
IN BOCHOLT -**
Landesverband NRW in
Zusammenarbeit mit der SKA



Kneipp
BUND
SEBASTIAN-KNEIPP-AKADEMIE

Kneipp-Kita

10. Oktober 2026 FORUM

„Wem es gelänge, die Menschen
zur Einfachheit, Natürlichkeit
und vernünftigen Lebensweise
zurückzuführen, der hätte das Höchste
geleistet – nämlich die soziale Frage gelöst.“
Sebastian Kneipp

WORKSHOPS

#1: Fresh-Up – Erfrischen, kräftigen, neue Energie tanken mit unserem Element „Wasser“

Wasseranwendungen richtig angewandt und in den Alltag integriert für alle: Kinder, Eltern und Team. Wir frischen unser Wissen um die Grundlagen der Kneippschen Wasseranwendungen auf und motivieren zur Umsetzung auch bei den Eltern und dem Team. Es bleibt Zeit für Diskussion und Erfahrungsaustausch. **Irene Hirschhausen-Spork**

#2: Kräuter im KiTa-Alltag – mit allen Sinnen erleben

Das Thema Kräuter lässt sich wunderbar mit allen Elementen des Kneippkonzeptes kombinieren. In kleinen Mitmach-Workshops zu den 5 Elementen probieren wir Kräuterrezepte und Kreativ-Angebote für alle Sinneswahrnehmungen aus. Lassen Sie sich überraschen! **Dagmar Peters-Groth**

#3: Powerzwerge – Gesunde Ernährung von Anfang an

Kinder haben einen riesigen Energiebedarf – wie stellen wir sicher, dass sie ihn richtig decken? In diesem Workshop für Schulkinder lernen Sie in 5 spannenden Einheiten, wie eine ausgewogene Ernährung den Grundstein für Gesundheit und Leistungsfähigkeit legt. Theorie und Praxis für den direkten Einsatz in der Familie! **Sabine Roth**

#4: Zuckeralarm – Weniger Zucker, mehr Wohlbefinden

Zucker versteckt sich fast überall! Wie viel Zucker ist wirklich in Ordnung, und was macht er mit unserer Gesundheit? Dieser Workshop geht auf die versteckten Zuckerquellen in unseren Lebensmitteln ein und zeigt Ihnen, wie Sie Zucker in Ihrer Ernährung reduzieren können – ganz ohne Verzicht. Natürlich gibt's auch leckere Alternativen! **Sabine Roth**

#5: Bewegungsstunde in der Kita – Förderung der Gesundheit und Stärkung des Selbstbewusstseins

Bewegung erweitert Wahrnehmung und Erfahrung, fördert Gefühle, soziales Verhalten und geistige Prozesse. Fehlt Bewegung, entstehen Defizite, die die Entwicklung beeinträchtigen können. Gezeigt wird, wie mit einfachen Hilfsmitteln Bewegung gefördert und Kinder begeistert werden. **Josi Marten**

#6: Mentale Entspannung

Weg von schneller, höher, weiter. Räume geistig auf und werde kreativ, stark und selbstbewusst. Lege Ballast ab und bleibe mit deiner Kraft im Hier und Jetzt. Befreie dich von Zwängen, aber nutze Routinen und Rituale für mehr Ausgeglichenheit. So entstehen Möglichkeiten, Ideen und neue Wege, auch im Umgang mit Kolleg:innen, Kindern und Eltern. **Tatiana Busch**

#7: Räuchern mit heimischen Pflanzen

Entdecke wie und warum geräuchert wurde/wird. Welche Pflanzen eignen sich? Worauf muss ich beim Räuchern achten? Es gibt die Möglichkeit, seine eigene kleine Räuchermischung zusammenzustellen. **Gina Heinrichs**

#8: Natürliche Weihnachtsdeko

Was lässt sich bei einem Spaziergang nicht alles finden. Gerade Kinder entdecken ständig spannende Dinge. In diesem Workshop werden verschiedene Möglichkeiten vorgestellt, wie aus Fundstücken der Natur weihnachtliche Deko entstehen kann. Gemeinsam stellen wir das ein oder andere her! **Gina Heinrichs**

#9: Selbstbehauptung / Selbstverteidigung – Wie nah ist nah?

Unter dem Motto „Ich sag Nein“ lernen Teilnehmende, Stimme und Körpersprache wirkungsvoll einzusetzen, Grenzen zu erkennen und Zivilcourage zu üben. Der Workshop stärkt das Bewusstsein für Selbstschutz und Sicherheit im Alltag sowie den verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien. **Jeremy & Patrick Zolota**

#10: Selbstverteidigung mal anders

Realistische Alltagssituationen und praktische Selbstschutz-Techniken: Teilnehmende lernen, sich rechtlich sicher zu behaupten und Konflikte gewaltfrei zu lösen – nach dem Motto „Drücken statt Schlagen“. Ein Konzept, das sich in Schulen bewährt hat. **Jeremy & Patrick Zolota**

Hauptveranstaltungsart:	Kneipp Verein Bocholt
	Im Königsgesch 39,
	46395 Bocholt
Seminar-Nr.:	226700
Anmeldeschluss	01.09.2026
Preis	MG 195 € NMG 225 €, inkl. Mittagessen
Hinweise zur Anmeldung:	
Diese erfolgt online unter www.kneippakademie.de	
Für weitere Informationen zum Kurs wenden Sie sich bitte direkt an den Landesverband NRW ,	
Planckstraße 42, 45147 Essen, Tel. 0201 2487-282,	
E-Mail: kontakt@kneippbund-nrw.de	



SENIOREN- GESUNDHEIT

Unser Aus- und Weiterbildungsprogramm qualifiziert Fachkräfte von Senioren- und Pflegeeinrichtungen, welche die Kneippsche

Gesundheitslehre in ihren Alltag integrieren möchten. Nicht nur die Bewohner / Patienten, sondern auch die Pflegekräfte, profitieren

auf diese Weise von den gesundheitsförderlichen Wirkprinzipien nach Kneipp. Senioren-einrichtungen haben

die Möglichkeit, das Gütesiegel „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Senioreneinrichtung“ zu erwerben.

TRAINER/-IN

KNEIPP-GESUNDHEITSTRAINER/-IN IN DER PFLEGE SKA

Kneipp-MENTOR/in in der Pflege SKA

Basisausbildung zur gezielten Umsetzung des Kneippschen Gesundheitskonzeptes in Pflegeeinrichtungen und zum Erwerb des Gütesiegels „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Pflegeeinrichtung“. Gesundheitserhaltende und krankheitspräventive Maßnahmen bei Senioren und Patienten in der Pflege erlangen im Hinblick auf Lebensqualität und Erhalt der Selbstständigkeit zunehmend an Bedeutung. Die Integration naturheilkundlicher Maßnahmen nach dem ganzheitlichen Gesundheitskonzept Sebastian Kneipps zeigt positive Effekte. Durch die vielfältige Umsetzung der fünf Elemente der Kneippschen Gesundheitslehre können die betreuten Senioren / Patienten ihren Beschwerden besser begegnen und ihr Wohlbefinden steigern. Auch das Pflegepersonal erfährt durch die erlernten naturheilkundlichen Maßnahmen Vorteile für die eigene Gesundheit. Diese Ausbildung vermittelt kompakt das Basiswissen der fünf Elemente des Kneippschen Gesundheitskonzeptes und deren gezielte Umsetzung in Senioren- und Pflegeeinrichtungen. Der Fokus liegt in der Praxis darauf, die naturheilkundlichen Anwendungen individualisiert auf die Bedürfnisse der Heimbewohner / Patienten anzupassen. Ergänzend dazu erfahren die Teilnehmer/-innen, wie das Kneipp-Konzept die eigene Gesundheit unterstützt und einen Ausgleich zur Pflegetätigkeit bietet. Die Absolventen verfügen über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um gesundheitsfördernde Maßnahmen zu organisieren und in ärztlicher Absprache in Pflegeeinrichtungen umsetzen zu können. 150 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

1. Ausbildungsseminar Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA // Kneipp-Mentor/-in in der Pflege SKA à 50 LE
2. + 3. Ausbildungsseminar Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA à 50 LE

INHALTE

- ▶ Einführung in die Naturheilkunde nach Kneipp
- ▶ Basiswissen über die Elemente der Naturheilkunde nach Kneipp
- ▶ Gezielte Umsetzung der naturheilkundlichen Maßnahmen in Senioren- und Pflegeeinrichtungen
- ▶ Wasseranwendungen: Praktisches Üben von Waschungen, Auflagen, Wickeln, Güssen und Bädern
- ▶ Heilkräuter: Ausgewählte Heilkräuter und ihr Einsatz bei verschiedenen Befindlichkeitsstörungen, Anbau und Weiterverarbeitung von Heilkräutern mit den Bewohnern
- ▶ Bewegung: Übungen zur Prophylaxe bei Pflegebedürftigen (z. B. Obstipation oder Sturz) und die Pflegenden (z. B. Muskel- und Skeletterkrankungen).
- ▶ Ernährung: Einführung in die Vollwert-Ernährung, Maßnahmen gegen Mangelernährung, Praxisbeispiele
- ▶ Lebensordnung: Rituale, Achtsamkeitsübungen, Salutogenese

- ▶ Mitarbeitergesundheit stärken mit den fünf Elementen
- ▶ Pflegeplanung und Pflegeprozess
- ▶ Methodische und didaktische Grundlagen

ZIELGRUPPE

Pflegeschwester/-mann, Altenpfleger/-in, Altenpflegehelfer/-in, Gesundheits- und Krankenpfleger/-in, Betreuungskräfte, pflegende Angehörige

AUSBILDUNGSZIELE

Ganzheitliche Gesundheitsförderung nach Kneipp in der Pflege kennenlernen und über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen verfügen, um gesundheitsfördernde Maßnahmen zu organisieren und in ärztlicher Absprache in der Senioren-/Pflegeeinrichtung umsetzen zu können sowie einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss (schriftliche Prüfung, Projektarbeit und praktische Lehrprobe) erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA“, die Sie berechtigen, nach ärztlicher Absprache, gesundheitsfördernde und prophylaktische Angebote nach Kneipp umzusetzen und Kollegen/-innen fachlich fundiert einzuweisen.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

UNSER TIPP:

**DAS ERSTE AUSBILDUNGSSEMINAR IST
INHALTSGLEICH MIT DEM KNEIPP-MENTOR/-IN
IN DER PFLEGE SKA.**



Sollten Sie bereits den Kneipp-Mentor/-in in der Pflege SKA absolviert haben, so können Sie den Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA erlangen, in dem Sie darauf aufbauend das zweite und dritte Ausbildungsseminar absolvieren.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Gabriele Baumeister
Seminar-Nr. 226056	Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in Pflege 1. AS/Kneipp-MENTOR/-in Pflege Mo, 04.05. – Fr, 08.05.2026
Seminar-Nr. 226057	Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in Pflege 2. AS Mo, 06.07. – Fr, 10.07.2026
Seminar-Nr. 226058	Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in Pflege 3. AS Mo, 05.10. – Fr, 09.10.2026



Beginn:	jeweils um 08:30 Uhr am Anreisetag Ende 17 Uhr am Abreisetag
Gebühr	Gesamtpreis MG 1.320 €, NMG 1.590 € pro Seminar MG 440 €, NMG 530 €, reine Seminargebühr

AUSBILDUNG

KNEIPP-MENTOR/-IN IN DER PFLEGE SKA

Basisausbildung zur Umsetzung der Naturheilkunde nach Kneipp in Senioren- und Pflegeeinrichtungen und zum Erwerb des Gütesiegels „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Senioren- und Pflegeeinrichtung“.

Dieses einwöchige Grundlagenseminar bietet den fundierten und an der Praxis orientierten Einstieg in die Naturheilkunde für alle, die in der Einrichtung des Gesundheitswesens oder zuhause pflegen. Sie lernen die Grundlagen der Naturheilkunde nach Kneipp kennen und können dieses gezielt und kompetent umsetzen. Mit Abschluss des Kurses erhalten Sie das Zertifikat „Kneipp-Mentor/-in in der Pflege“ der Sebastian Kneipp Akademie und sind berechtigt, am Aufbau-seminar zum „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege“ teilnehmen zu können. 50 LE

INHALTE

- ▶ Einführung in die Naturheilkunde nach Kneipp
- ▶ Wasser-Anwendungen: Praktisches Üben von Waschungen, ausgewählten Güssen und Bädern
- ▶ Heilkräuter: Ausgewählte Heilkräuter und ihr Einsatz
- ▶ Bewegung: Einfache Übungen zur Prophylaxe und Balance
- ▶ Ernährung: Einführung in die Vollwert-Ernährung

„Ich glaube, dass ich kein Heilmittel anführen kann, das sicherer heilt als das Wasser.“

S. Kneipp



inklusive Praxisbeispiele und Rezepte

- ▶ Lebensordnung: Rituale, Übungen zur Achtsamkeit, Förderung der Gesundheit von Pflegenden und Pflegebedürftigen

ZIELGRUPPE

Pflegende, Betreuungskräfte, Pflegenden Angehörige, sowie alle, die naturheilkundliche Ansätze in der Pflege und für sich selber praktisch anwenden möchten.

AUSBILDUNGSZIELE

Die Teilnehmer/-innen erhalten einen Überblick über die Umsetzung der fünf Kneipp-Elemente in Senioren- und Pflegeeinrichtungen und erlernen praktische Kompetenzen zu deren Anwendung.

UNSER TIPP

Die weiterführende Qualifizierung zum/r „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA“ mit dem 2. und 3. Ausbildungsseminar des Lehrgangs „Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA“ ist anschließend möglich.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Gabriele Baumeister
Seminar-Nr.	226059 Kneipp-MENTOR/-in in der Pflege Mo, 09.02. – Fr, 13.02.2026
Seminar-Nr.	226056 Kneipp-MENTOR/-in in der Pflege / Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in in der Pflege Mo, 04.05. – Fr, 08.05.2026
Beginn:	jeweils um 08:30 Uhr am Anreisetag Ende 17 Uhr am Abreisetag
Gebühr:	MG 440 €, NMG 530 €, reine Seminargebühr

Seit 55 Jahren Ihr Fachgeschäft für biologische Vollwertkost.

Treffpunkt gesundes Leben

- Naturkosmetik
- Biologisches Obst und Gemüse
- Biologische Milch- & Backwaren-Erzeugnisse
- Frisch gepresste Gemüsesäfte
- Lieferung frei Haus

Reformhaus

Naturhaus

Löber



Kathreinerstraße 24 · 86825 Bad Wörishofen
Telefon 0 82 47 / 63 77

Besuchen Sie unser Naturkosmetik-Studio.



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG NATÜRLICHE HAUTPFLEGE Weiterbildung für Fachpersonal in Senioren- und Pflegeeinrichtungen

Die Haut als lebensnotwendiges Kontaktorgan regelt die Beziehung zwischen Körpergeschehen und Umwelt. Besonders im Pflegebereich können wir hier ansetzen und regulierende Impulse setzen. Ob als morgendliches Ritual nach dem Aufstehen oder als Ritual am Abend oder zwischendurch. Neben pflegenden Anwendungen mit Bürstungen, Waschungen und Ölen, lernen Sie kleinste

stoffwechselanregende Wasseranwendungen kennen. Zusätzlich wird das Thema der Sensibilisierung über die Haut vertieft und somit über die Haut der Kontakt zum eigenen Körper sowie zur Umwelt nachhaltig verbessert. 8 LE

INHALTE

- ▶ Aufbau und Funktion der Haut
- ▶ Wie funktioniert natürliche Hautpflege
- ▶ Die positiven Wirkungen der Kneipp-Anwendungen auf die Haut
- ▶ Gesundheit und Wohlbefinden über die Haut steigern

ZIELGRUPPE

Altenpfleger/-in, Altenpflegehelfer/-in, Kranken- und Gesundheitspfleger/-in, Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA, pflegende Angehörige und Interessierte

Seminar-Nr.	226060
Ort	Tecklenburg
Referentin	Heike Gödeke
Termin	Sa, 14.03.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERE AUS- & WEITERBILDUNGEN

Heilen mit Wasser, Wickeln und Kräuter	S. 12	Gedächtnistraining ohne Stift und Papier 2.0	S. 51	Eutonie trifft Kneipp	S. 65
Gesunder und erholsamer Schlaf	S. 12	Märchenerzähler/-in SKA	S. 52	Einfach spitze! Leichte Tänze im Sitzen	S. 66
Stärkung der Selbstheilungskräfte mit Akupressur	S. 37	Märchen erzählen – erleben – deuten	S. 53	Kräuter zum Wohlfühlen für Senioren	S. 77
Schmerzcoach	S. 44	Tanzleiter/-in für Tanzen mit Senioren	S. 55	Heilpflanzen für starke Nerven und guten Schlaf bei Senioren	S. 77
Entspannungstrainer/-in SKA	S. 46	Einführung in die Feldenkrais-Methode	S. 60	Ernährung bei Demenz	S. 78
Mit Klangschalen die innere Harmonie finden	S. 47	Senioren-sport abwechslungsreich gestalten mit NeuroKinetik®	S. 61	Heilkräuter im Pflegealltag	S. 78
Resilienz – das Geheimnis innerer Widerstandskraft	S. 49	Pro Balance – ein Konzept zur Sturzprophylaxe	S. 62	Einsatz von Kräutern bei Demenz	S. 79
Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren	S. 50	Tanzen mit Rollator	S. 63		
		Fitness und Harmonie	S. 64		

AKTIONSTAGE 2026

Tag der gesunden Ernährung: Samstag, 7. März 2026 / Aktionszeitraum 2. - 8. März 2026

Sebastian-Kneipp-Tag: Sonntag, 17. Mai 2026 / Aktionszeitraum 11. - 17. Mai 2026

Tag der Heilkräuter: Samstag, 15. August 2026 / 10. - 16. August 2026

Europäische Woche des Sports: 23. - 30. September 2026

Tag der Ausgewogenheit: Freitag, 20. November 2025 / Aktionszeitraum 16. - 22. November 2026



KNEIPPSCHE GÜSSE FÜR ZU HAUSE

KOMBI-DUSCHE/
GIESSROHR AQUACLIC

Sparen Sie 50 % Wasser, Energie und CO². Verwöhnen Sie Ihre Sinne mit einem luxuriösen Wasserstrahl, den Sie im Handumdrehen zur Kneipp-Anwendung verwandeln.

Bestell-Nr.: A3061



GIESSROHR

Hochwertig gearbeitet aus Edelstahl mit griffiger, farbneutraler Gummierung für sicheren Halt.

Bestell-Nr.: A1778

SITZBADEWANNE

Pflegeleichte, hygienische Kunststoffwanne mit breitem umlaufenden Rand und entgrateter Beschnittkante, Materialstärke von etwa 3,5 mm.

Produktinformationen:

Material: Polypropylen, Farbe: Platin.

Maße: ca. 80 x 68 cm, Höhe 47 cm,

Artikel-Nr.: A3278

HANDBRAUSE
„KLARA“ EICHE

Drehmechanismus am Duschkopf zur Auswahl der Strahlart. Griff aus Eichenholz, mit natürlichem Leinöl behandelt, Metallteile aus unbeschichtetem Messing.

Bestell-Nr.: A3283

KUNSTSTOFF-BADEMATTE

Für Güsse nach Sebastian Kneipp in Badewanne oder Dusche.

40 x 40 cm:

Elfenbein, Best.-Nr. A0247

Blau, Best.-Nr. A0249

40 x 60 cm:

Farbe Elfenbein, Best.-Nr. A0251

Farbe Blau, Best.-Nr. Aa0253

Farbe Schwarz, Best.-Nr. A3253



NASSE STRÜMPFE

Der „Innenstrumpf“ ist aus reinem Leinen (100%), der Außenstrumpf aus hochwertiger Wolle gestrickt. Die Leinenstrümpfe werden getränkt, leicht ausgewrungen und angezogen.

Kurz Bestell-Nr.: A3184

Lang Bestell-Nr.: A3180



Kneipp Shop

VERLAG

Bestellen Sie telefonisch 08247 - 3002 212, E-Mail shop@kneippverlag.de oder im Internet www.kneippgesund.de

WWW.KNEIPPGESUND.DE





DER YOGA-PFAD AN DER SEBASTIAN-KNEIPP-AKADEMIE

YOGASANA

Ausbildung zum/zur Yogasana-Yoga-Lehrer/in SKA®

Ausbildung als Basis
Einführungsseminar
4 Jahre
8 Präsenzphasen

Weiterbildung
Module einzeln buchbar

Gastreferenten aus der "Tradition von Iyengar" mit speziellen Themen
Jaki Nett, Dharmapriya, Olop Arpipi
Yogasana-Team mit:
Asana Advanced
Asana Intensiv
Asana konkret und
YogaSana - Reihe

Weiterqualifizierung
Yogasana-Kontinuum
Yogasana-Yoga-Lehrer/in SKA® Qualifikation II
Module einzeln buchbar/anrechenbar als Weiterbildung

6 Pflichtmodule plus ein Gastseminar nach Wahl:
2 Module Anatomie "**Struktur- & Wirkanalyse**" in Verbindung mit Asana Konkret
1 Modul "**Philosophie**"
1 Modul "**Soziales Kompetenztraining**"
2 Module "**Asana konkret**"
(32 Asanas/ Qualifikation II)

HATHA

Ausbildung zum/zur Hatha Yogalehrer/in SKA mit den 5 Säulen nach Kneipp

Ausbildung als Basis
"Hatha Yogalehrer/in SKA mit den 5 Säulen nach Kneipp"

Aufbau:
Pflicht- und Wahlmodule

Gastreferenten & Ausbildungsteam mit Themen wie:
Schwerpunkte:
Yoga für Senioren
Philosophie
Kneipp-Therapie
Frauengesundheit
Psychologie & Coaching
uva



YOGA

Als Yoga-Lehrer/-in können Sie Gelassenheit und Ruhe in den Alltag vieler Menschen transportieren und ihnen Möglichkeiten zur individuellen Lebensbewältigung an die Hand geben. Unsere bei-

den Ausbildungen Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® und Hatha-Yoga-Lehrer/-in SKA befähigen die Absolvent/-innen, Yoga-Gruppen kompetent zu leiten und selbstständig Kurse zu geben.

LEHRER/-IN YOGASANA-YOGA-LEHRER/-IN SKA® Fernlehrgang Yoga

Die berufsbegleitende Ausbildung richtet sich an Menschen, die regelmäßig Yoga praktizieren und die sich vertiefend praktisch und theoretisch mit Yoga auseinandersetzen wollen, um als Yogasana-Yoga-Lehrer/-in bei Einrichtungen des Bildungs- und Gesundheitswesens, Kneipp-Vereinen, oder als Selbstständige/r professionell Yoga unterrichten zu können. Alle in der Ausbildung unterrichtenden Asana-Dozenten sind Yoga-Lehrer/-innen mit langjähriger Unterrichtserfahrung. Durch regelmäßige Weiterbildungen bei international anerkannten IYENGAR®-Yoga-Lehrer/-innen und z.T. mehrmaligen Aufenthalten am RIMY-Institut in Pune, Indien, steht das Asana-Ausbildungsteam für eine fundierte und qualifizierte Ausbildung. Auch die Theorie-Dozenten/-innen unterrichten oder praktizieren Yoga in dieser Tradition. Aufbauend auf dieser Praxis entwickeln wir unser Ausbildungskonzept ständig weiter. Ein besonderes Merkmal sind die praxisorientierte und individuelle Förderung und Beratung der Teilnehmer/-innen. 800 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Gesamtzeitraum vier Jahre, bestehend aus einem Einführungsseminar, 8 achttägigen Präsenzphasen (2 pro Jahr) sowie der Bearbeitung der Lehrbriefe in häuslicher Arbeit. In der 5. Präsenzphase findet eine Zwischenprüfung (praktisch und schriftlich) statt.

INHALTE

Gemäß den Rahmenrichtlinien der Europäischen Yoga Union (EYU):

- ▶ Asana- und Pranayama-Praxis
- ▶ Anatomie und Physiologie
- ▶ Einführung in die Yoga-Philosophie und Yoga-Geschichte
- ▶ Psychologie, Kommunikation und Psychosomatik
- ▶ Pädagogik, Methodik und Didaktik
- ▶ Einführung in die Meditation
- ▶ Yoga für verschiedene Zielgruppen
- ▶ Gemeinsamkeiten von Kneipp- und Yoga-Lehre

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung zur kompetenten Leitung von Yoga-Gruppen, um selbstständig Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchführen zu können. Sie verfügen nach Abschluss über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische, philosophische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ABSCHLUSS

Mit Bestehen der Abschlussprüfung erwerben Sie das Zertifikat „Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA®“. Bewertet werden: Projektbericht, 30-minütige Vorstellstunde, Asana-Praxis (39 Asanas) und die schriftliche Prüfung.

VORAUSSETZUNGEN

Mindestens dreijährige nachzuweisende eigene Yoga-Erfahrung in Yogasana bzw. in der Tradition nach B.K.S. Iyengar und regelmäßige Praxis. Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Barbara Weiss, Karin Zugck, Dr. Linnéa Roth

Beginn einer neuen Ausbildungsreihe

Seminar-Nr. 226100 | Einführungsseminar

Do, 11.06. (14 Uhr) – So, 14.06.2026 (13:30 Uhr)

Gebühr MG/YogaFV 7.675 €, NMG 9.207 € (Ratenzahlung) zzgl. 169 € Zwischenprüfungsgebühr in der 5. Präsenzphase und 169 € Abschlussprüfungsgebühr in der 8. Präsenzphase

Einführungsseminar: MG Kneippverein/YogaFV 415 €, NMG 495 €, reine Seminargebühr

Für alle, die 2026 mit der Ausbildung starten werden (grüne Gruppe)

Seminar-Nr. 226101

1. Präsenzphase Sa, 19.09. – Sa, 26.09.2026



Für YogalehrerInnen mit abgeschlossener Ausbildung:

- Unterstützung im beruflichen Umfeld/
Selbstständigkeit
- Vernetzung und Austausch untereinander
- Online-Weiterbildungen des Verbandes
- Yoga-Fachverband aktuell
(Verbandszeitschrift)
- Ermäßigungen z.B.:
 - Weiterbildungen der SKA
 - Berufshaftpflichtversicherung
 - Veranstaltungen wie YOGA-Tage
 - Nutzung des neuen Verbandstempels

Bonus für YogalehrerInnen in Ausbildung:

- Erstes Mitgliedsjahr beitragsfrei, danach ermäßigter Beitrag (bis Ende Ausbildung)
- Begleitung und Unterstützung während der Ausbildung
- Ermäßigungen z.B.:
 - Yoga-Ausbildung und Seminare im SKA Programm
 - Veranstaltungen des Verbandes
 - Veranstaltungen wie YOGA-Tage

www.yogafachverband.de

Wir freuen uns auf Euch!



Für alle, die 2024 mit der Ausbildung begonnen haben (rote Gruppe)

Seminar-Nr. 226104

4. Präsenzphase Sa, 11.04. – Sa, 18.04.2026

Seminar-Nr. 226105

5. Präsenzphase Sa, 07.11. – Sa, 14.11.2026

Für alle, die 2021 mit der Ausbildung begonnen haben (grüne Gruppe)

Seminar-Nr. 226106

8. Präsenzphase Sa, 21.03. – Fr, 27.03.2026

Beginn jeweils 9 Uhr am Anreisetag – Ende 17 Uhr am Abreisetag

LEHRER/-IN YOGA-KONTINUUM



Mit dem modularen Weiterbildungskonzept Yoga-Kontinuum können ausgebildete Yogasana-Yoga-Lehrer/-innen ihre bereits abgeschlossene Grundausbildung vertiefen. 200 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Im Zeitraum bis maximal 3 Jahren absolvieren Sie die 6 Pflichtmodule plus 1 Gastdozenten-Wahlseminar mit min. 30 LE. Die Seminare erkennen Sie am Treppensymbol.

INHALTE

- ▶ Intensive Asana-Praxis: 32 neue Yoga-Haltungen
- ▶ Lehren und Vermitteln von komplexeren Yoga-Haltungen
- ▶ Vertiefendes Hintergrundwissen aus den Fächern Anatomie und Physiologie, Yoga-Philosophie, sowie Psychologie und Pädagogik

ABSCHLUSS

Sind alle Module (inkl. Hausarbeiten), der Vollendung des Asana-Handbuchs und bestandener Abschlussprüfung absolviert, erlangen Sie das Zertifikat „Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® – Qualifikation II“.

ZIELGRUPPE

Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA®

AUSBILDUNG HATHA-YOGA

Yoga verschiedener Stilrichtungen

Hatha-Yoga-Übungsleiter/-in und Lehrer/-in SKA

Ort	Olsberg & Bad Wörlshofen
Leitung	Monika Swoboda, Karolin Baller, Birgit Vossel

Für alle, die 2022 mit der Ausbildung begonnen haben

Ort Olsberg/ Bad Wörlshofen

Seminar-Nr. 226107

10. Ausbildungsseminar Sa, 21.02. – Sa, 28.02.2026

Seminar-Nr. 226108

11. Ausbildungsseminar

Achtung! Bad Wörlshofen Do, 07.05. – So, 10.05.2026

Seminar-Nr. 226109

12. Ausbildungsseminar

Bad Wörlshofen

Do, 01.10. – So, 04.10.2026

Anreise am 30.09.2026



AUSBILDUNG

HATHA YOGA & KNEIPP-MENTOR/-IN

NEU

Kneipp-inspirierte Yoga-Basis-Ausbildung (200 Stunden)

Diese ganzheitliche Ausbildung vereint traditionelles Hatha Yoga mit den natürlichen Heilmethoden nach Sebastian Kneipp.– mit einem besonderen Fokus auf die Heilkraft des Wassers.

AUSBILDUNGSINHALTE:

- ▶ Grundlagen & Praxis des Hatha Yoga: Asanas, Pranayama, Meditation und Yogaphilosophie
- ▶ Einführung in die Kneipp'sche Gesundheitslehre mit Fokus auf die 5 Elemente
- ▶ Hydrotherapie: Anwendungen, Wirkweise
- ▶ Praxisorientierte Methoden zur Verbindung von Yoga und Kneipp-Anwendungen
- ▶ Anatomie, Energiesysteme & gesundheitsfördernde Lebensführung
- ▶ Stundenaufbau & Unterrichtskompetenz mit kneipp-inspirierten Yogaeinheiten

ZIELGRUPPE?

Die Ausbildung richtet sich an alle, die Yoga ganzheitlich vermitteln möchten – mit einem naturheilkundlichen Ansatz. Sie eignet sich sowohl für angehende Yogalehrer/-innen als auch für Menschen in Gesundheitsberufen, Wellness- und Präventionsbereichen sowie für alle, die sich intensiv mit Yoga und den Lehren nach Kneipp weiterentwickeln möchten.

Voraussetzung ist eine Yogapraxis von mindestens 2 Jahren.

ABSCHLUSS:

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du ein Zertifikat über 200 Ausbildungsstunden als Hatha-Yogalehrer:in mit Zusatzqualifikation Kneipp-Mentor/-in (Basis).

GRUNDKURS (200 STUNDEN)

Yoga & Kneipp in Theorie und Praxis (Präsenz + Online)

VERTIEFUNG (100 STUNDEN, OPTIONAL)

Spezialisierungen für besondere Zielgruppen

NEW

KOSTENLOSER INFO-ABEND: 18. JUNI 2025**Unterrichtszeiten 2026:**

Präsenz in Bad Wörishofen: 04. – 06. September 2026

Präsenz in Bad Wörishofen: 25. – 29. September 2026

Online: 23. – 25. Oktober 2026

Weitere Termine in 2027, Abschluss Basisausbildung voraussichtlich im Juni 2027

Gebühr: MG KV/YFV 3.200 €, NMG 3.700 € (Ratenzahlung)
zzgl. 169 € Prüfungsgebühr

YOGASANA YOGASANA UND GESUNDHEIT

Im Rahmen unserer **neuen Weiterbildungsreihe** sind jährlich ein bis zwei Weiterbildungen mit ausgewählten Dozenten zu gesundheitlichen Schwerpunkten, die jeweils von der medizinischen Seite, der Yoga-Praxis sowie der Yoga-Philosophie beleuchtet werden, geplant. Angedacht sind Themen z. B. aus der Orthopädie, der inneren Medizin und der Psychosomatik.

WEITERBILDUNG YOGASANA

**WORKSHOP
ASANA-INTENSIV I**

„Yogasana“ – von der Bausteinübung zum Asana

Die Stilrichtung „Yogasana“ orientiert sich an der Tradition von BKS Iyengar. Dabei bilden Bausteinübungen eine sinnvolle Alternative, wenn Yoga-Haltungen wegen körperlicher Probleme nur bedingt eingenommen werden können. Gesunde Übungswege, die u.a.

auf die Iyengar-Yoga-Lehrerin Luise Wörle zurückgehen, vertiefen diese besondere Herangehensweise und fördern die Sensibilität für den eigenen Körper. Anregungen für das Üben zu Hause und in den Gruppen wird es ausreichend geben. Die mittlerweile schon „legendären“ 39 Asanas werden im Detail und im Fluss geübt. 20 LE

ZIELGRUPPE

Yoga-Lehrer/-in
(auch in Ausbildung)

Seminar-Nr.	226110
Ort	Bad Wörishofen
Referentinnen	Barbara Weiss, Karin Zugck
Termin	Fr, 16.01. (15 Uhr) – So, 18.01.2026 (12:30 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 359 €, NMG 439 €, reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
SCHWERPUNKT -
FASZIEN IM
YOGA**


Ausgehend von dem Modell der myofaszialen Leitbahnen werden wir uns in diesem Kurz-Seminar einen Überblick über die wichtigsten dieser Leitbahnen in Vortragsform verschaffen. Im praktischen Teil werden wir uns eine Faszienkette exemplarisch herausgreifen und anhand dieser

zunächst die einzelnen Abschnitte erfahrbar machen, um dann letztlich den Gesamtzusammenhang in den Asanas herzustellen und im Körper bewusst wahrzunehmen. 4 LE

ZIELGRUPPE

Yoga-Lehrer/-in, Yoga-Praktizierende mit Vorerfahrung in Yogasana-Yoga

Seminar-Nr.	226112
Ort	Zoom
Referentin	Volker Grimm
Termin	Sa, 28.02.2026, (9 – 12 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 54 €, NMG 65 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG STIMME UND PRÄSENZ

Vertiefungswochenende für Yogalehrende

NEU

Die Stimme ist eines der wichtigsten Werkzeuge im Yoga-Unterricht. Sie trägt unsere Haltung, vermittelt Klarheit und schafft Verbindung. In diesem Vertiefungswochenende erkundest du, wie du deine Stimme gezielt, mühelos und lebendig einsetzen kannst – mit mehr Sicherheit, Ausdruck und Präsenz.

WAS DICH ERWARTET:

Du lernst, wie Stimme und Sprache deine Lehrerpersönlichkeit stärken und den Unterricht unterstützend begleiten können – sei es liebevoll, klar, motivierend oder beruhigend.

WIR ARBEITEN PRAKTISCH:

Du findest den natürlichen Sitz deiner Stimme

- ▶ Du lernst, den ganzen Körper als Klangraum zu nutzen
- ▶ Du erfährst, wie du mit weniger Anstrengung präsenter sprichst
- ▶ Du bekommst alltagstaugliche Übungen und Stimm-Pflege-Tipps
- ▶ Du entwickelst mehr Freude und Freiheit beim Sprechen. 20 LE

ZIELGRUPPE

Für Vielsprechende (oder Yogalehrende), die ihre Stimme bewusster einsetzen möchten – im Unterricht, in Ritualen oder bei besonderen Anlässen. Auch bei stimmlicher Belastung bietet das Wochenende hilfreiche Impulse

Seminar-Nr. 226113

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Frauke Schütte
Termin	Fr, 13.03. (15 Uhr) – So, 15.03.2026 (13 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 329 €, NMG 389 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG INTENSIV- WORKSHOP „PRANAYAMA (YOGI- SCHE) ATEMÜBUNGEN“



Pranayama ist die Kunst und Wissenschaft der yogischen Atemübungen, die den Fluss der Lebensenergie (Prana) im Körper und Geist regulieren und harmonisieren. Pranayama und Asana befruchten und verstärken sich gegenseitig. Ebenso unterstützt die Pranayama-Praxis den Effekt der Asanas und stärkt die Nerven. In diesem Workshop lernen wir zunächst die Prinzipien und Vorsichtsmaßnahmen von Pranayama. Dann gehen wir durch eine auf das Pranayama vorbereitende Übungsreihe,

um den Brustkorb zu öffnen und die Nerven zu beruhigen. Mit Hilfsmitteln machen wir uns mit den Grundlagen des Pranayama vertraut. Das Thema, wie man zuhause eine eigene Pranayama-Praxis aufbaut, wird schließlich angesprochen. 4 LE

INHALTE

- ▶ wie Du die Grundlagen des Pranayama verstehen und anwenden kannst
- ▶ wie Du die Basis-Pranayama-Techniken (Ujjayi und Viloma) ausführen und variieren kannst
- ▶ wie Du zuhause die eigene Pranayama-Praxis aufbaust
- ▶ wie Du Pranayama mit Meditation kombinieren kannst

- ▶ wie Du Pranayama für Deine körperlichen, geistigen und emotionalen Bedürfnisse nutzen kannst, z.B. zur Entspannung oder zur Verstärkung der Nerven
- ▶ wie Du Pranayama als eine Möglichkeit der Selbstheilung, der Transformation und der Erweckung erfahren kannst

Seminar-Nr. 226114

Ort	Zoom
Referentin	Alex Fraim
Termin	Do, 19.03.2026 (18 – 21 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 54 €, NMG 65 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG EINFÜHRUNG IN DIE YOGA NIDRA PRAXIS I

Die Kunst der Entspannung



Die Wurzeln des Yoga Nidra liegen im Tantrismus und in den Yoga Sutren des Patanjali. Yoga Nidra ist eine Übungsmethode, die in Anlehnung an die Tantra Lehre von Swami Satyananda weiterentwickelt wurde. Es handelt sich bei dieser Methode um eine Bewusstseinsübung und beinhaltet die Anleitung zur Weckung und Nutzung der ungeahnten geistigen Fähigkeiten. Beim Yoga Nidra geht es um das Erlernen einer Methode, mit der die Aufmerksamkeit statt nach außen nach innen gelenkt wird. Die wichtigste Grundlage jeder Übung im Yoga ist die Entspannung. Hierbei handelt es sich um

einen Zustand, der sich in einer wohlgespannten bis hin zur (fast) spannungsfreien Muskulatur widerspiegelt. Je tiefer es uns gelingt, zu entspannen, alles Greifen und Wollen loszulassen, desto stärker geraten wir in einen Zustand der Gelassenheit. Das Ergebnis der regelmäßigen Übung führt zu einer ausgewogenen Grundhaltung im Alltag. 21 LE

INHALTE

- ▶ Einblick in die Yoga Sutren des Patanjali und in die tantrischen Wurzeln des Yoga Nidra
- ▶ Yoga Nidra - einen eigenen Weg im Gehirn bahnen.
- ▶ Motor Homunculus – die Abbildung unseres Körpers im Gehirn.

- ▶ Der hypnagogische Zustand
- ▶ Shavasana – Totenstellung
- ▶ Wahrnehmung des Körpers am Boden
 - ♦ **ANTAR MOUNA**
 - ♦ **NYASA**
 - ♦ **SANKALPAS**
- ▶ Karanas, um die Nähe des Körpers deutlicher zu spüren

Seminar-Nr. 226115

Ort	Olsberg
Referentin	Monika Swoboda
Termin	Fr, 17.04. (15 Uhr) – So, 19.04.2026 (13:30 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 349 €, NMG 429 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG YOGA NIDRA AUFBAUSEMINAR II

Die Kunst der Entspannung



INHALTE

- ▶ Vertiefung der Elemente des Yoga Nidra
 - ♦ ANTAR MOUNA
 - ♦ SANKALPA
 - ♦ INNERER RAUM
 - ♦ GEGENSATZPAARE
 - ♦ VISUALISIERUNGEN
- ▶ Wie lassen sich Hatha Yoga und Yoga Nidra in einem Kurs integrieren.

21 LE

Seminar-Nr. 226116

Ort	Olsberg
Referentin	Monika Swoboda
Termin	Fr, 09.10. (15 Uhr) – So, 11.10.2026 (13:30 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 349 €, NMG 429 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG JAKI NETT – YOGA AUS ANATOMISCHER SICHT



Dieses Seminar wird sich besonders mit dem anatomischen Verständnis beschäftigen. Es ermöglicht sowohl den Yoga-Übenden wie den Yoga-Lehrenden den Körper und seine Bewegungsmöglichkeiten besser zu verstehen und zu erkennen. Insbesondere richten wir den Blick darauf, wie die Asana- und Pranayama-Praxis im Iyengar Yoga aufgebaut ist. Jaki Nett wird bei diesem Seminar ihren Schwerpunkt auf unterschiedliche Körperregionen richten. An jedem Tag wird ein bestimmtes Gebiet in der Theorie genau betrachtet und in der Praxis

unmittelbar erlebbar gemacht. Jaki Nett ist Senior Teacher im Iyengar®-Yoga-System und sehr erfahren im Umgang mit Schülern. Sie ist Ausbilderin der amerikanischen Iyengar®-Yoga-Vereinigung. Jaki Nett arbeitet sehr gründlich mit jedem Teilnehmer und jeder Teilnehmerin und geht auf die Bedürfnisse jedes Einzelnen ein. Persönliche Fragen zur Übungs-Praxis können in ihren Seminaren besprochen werden. 30 LE

ZIELGRUPPE

Das Seminar richtet sich besonders an Lehrer/-innen in der Ausbildung und an alle Übenden, die ein fundiertes Verständnis von den Bewegungsabläufen in ihrem Körper erlangen wollen.

Seminar-Nr. 226117

Ort	Bad Wörishofen
Referentinnen	Jaki Nett, Susanne Hertling-Ritter (Übersetzerin)
Termin	Do, 30.04. (15 Uhr) – So, 03.05.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 439 €, NMG 538 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG YOGA MIT ALI DASHTI



yogaś citta-vṛtti-nirodhah

„Yoga ist der goldene Schlüssel, der das Tor zu Frieden, Ruhe und Freude öffnet.“
B.K.S. Iyengar

Im Yogasutra definiert Patanjali das Ziel von Yoga mit den Worten „yogaś citta-vṛtti-nirodhah“:

- ♦ Chitta: Geist, Bewusstsein
- ♦ Vritti: Wellen, Fluktuationen
- ♦ Nirodhah: zu steuern, zu stillen.

Yoga ist das Zur-Ruhe-Bringen der Gedanken im Geist. Unser unruhiger Geist soll durch eine hingebungsvolle Praxis seine Mitte im Yoga-

Zustand finden, während wir unser Selbst erfahren. Ali Dashti ist einer der wenigen Senior Teachers in Europa, der aus Pune, Indien, stammt, wo er seit 1986 am Iyengar-Yoga-Institut (RIMYI) als Schüler von B.K.S. Iyengar, Geeta und Prashant Iyengar gelernt und selbst unterrichtet hat. Sein Wissen und seine Erfahrung auf dem Gebiet des Yoga sind international anerkannt und gefragt und es gelingt ihm immer wieder, dieses komplexe Fachgebiet für uns alle verständlich zu machen. Auch zeigt er, u.a. in „Yoga, the Path to Holistic Health“ und in „Preliminary Course“, die korrekte Ausführung der Asanas. 25 LE

ZIELGRUPPE

Yoga-Lehrer/-in (auch in Ausbildung), Yoga-Praktizierende/-r mit Vorerfahrung in Yogasana

Seminar-Nr. 226118

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Ali Dashti
Termin	Do, 04.06. (15 Uhr) – So, 07.06.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG KV 379 € NMG 469 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG HELDENREISE

NEU

Die Heldenreise – Ein Wochenende für Dein inneres Wachstum

Tauche ein in ein kraftvolles Selbsterfahrungsseminar auf Basis der „Heldenreise“ nach Paul Rebillot. Dieser Intensivworkshop lädt Dich ein, den eigenen inneren Ruf zu hören, Blockaden zu erkennen und den inneren

Konflikt zu lösen, der Dich von dem Leben trennt, das Du Dir wünschst. Durch Meditationen, Phantasiereisen, Körperarbeit, Trancetanz und Methoden aus der Gestalttherapie öffnet sich Raum für tiefgreifende Erkenntnis und persönliche Transformation. Ideal für Yogalehrer/-innen und Gesundheitsinteressierte, die tiefere Selbstreflexion suchen. 25 LE

Seminar-Nr. 226119

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Willi Kiechle
Termin	Fr, 26.06. (15 Uhr) – So, 28.06.2026 (14 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 329 €, NMG 389 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG WORKSHOP „ORGANE DER TAT – HÄNDE UND FÜSSE (KARMENDRIYAS)“



Karmendriyas wirken als Brücke - sie verbinden den inneren und äußeren Körper miteinander. Mit zwei von den insgesamt 5 Karmendriyas werden wir uns in der Asana-Praxis detaillierter beschäftigen. Füße und Hände sind architektonische Meisterwerke. Anhand

von Modellen und Bildern werden wir die Anatomie veranschaulichen und Funktionszusammenhänge herstellen. Dieses Hintergrundwissen wird auf die Yoga-Haltungen übertragen. Achtsame und Finger-gesteuerte Pranayamas vertiefen die Atemerfahrung. 20 LE

ZIELGRUPPE

Yogasana-Yogalehrer/-innen, Yoga-Praktizierende, in Ausbildung befindliche Yogasana-Yogalehrer/-innen.

Seminar-Nr. 226120

Ort	Bad Wörishofen
Referentinnen	Barbara Weiss, Karin Zugck, Dr. Linnéa Roth
Termin	Fr, 03.07. (15 Uhr) – So, 05.07.2026 (12:30 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 349 €, NMG 429 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG SILVER YOGA®

NEU

Zielsicher und souverän ältere Menschen unterrichten. Yoga im Alter – kompetent, kreativ und klischeefrei

Diese Weiterbildung vermittelt fundiertes Wissen und praktische Kompetenzen für einen Yogaunterricht, der ältere Menschen respektvoll und differenziert anspricht – jenseits von Altersklischees und idealisierenden Gesundheitsversprechen. Im Zentrum steht ein ressourcenorientierter Gruppenunterricht, der körperliche, psychische und soziale Aspekte des Alterns gleichermaßen berücksichtigt. Yoga-Asanas werden kreativ und funktional an individuelle Voraussetzungen angepasst, unter Einbezug geeigneter Hilfsmittel und mit Blick auf häufige altersbedingte Einschränkungen. Der biologische Alterungsprozess wird ebenso thematisiert wie psychologische und soziale Dimensionen des Alterns. Auf dieser Basis werden konkrete Anforderungen für einen sicheren und zugleich inspirierenden Yoga-

unterricht abgeleitet. Raum für Selbstreflexion, Austausch unter Kolleg/-innen und umfangreiche Praxiseinheiten ermöglichen eine vertiefte Auseinandersetzung mit der eigenen Lehrhaltung. 20 LE

ZIELGRUPPE

Die Weiterbildung richtet sich an Yogalehrer/-innen, die mit älteren Menschen arbeiten oder arbeiten möchten und dabei nicht allein Einschränkungen, sondern vor allem Möglichkeiten und Ressourcen in den Fokus stellen. Eine differenzierte Haltung und die Bereitschaft, eigene Vorstellungen vom Altern zu hinterfragen, bilden die Grundlage.

INHALTE UND LERNZIELE

- ▶ Gestaltung eines inklusiven Unterrichts für eine heterogene Zielgruppe
- ▶ Reflexion und Vermeidung von Altersstereotypen
- ▶ Verständnis des Alterungsprozesses aus biologischer, psychologischer und sozialer Perspektive

- ▶ Didaktische und methodische Konzepte für unterschiedliche Unterrichtsrahmenbedingungen
- ▶ Entwicklung und Stärkung individueller Lehrkompetenzen
- ▶ Modifikation von Yoga-Asanas mithilfe von Hilfsmitteln und angepassten Ausgangspositionen
- ▶ Entwicklung und Vermittlung von zielgruppengerechten Yogasequenzen
- ▶ Anpassung der Praxis bei häufig auftretenden Einschränkungen wie Arthrose, Osteoporose, künstlichen Gelenken sowie internistischen Erkrankungen des Herz-Kreislauf- und Atemsystems

Seminar-Nr. 226121

Ort	Bad Wörishofen
Termin	Fr, 10.07. (17 Uhr) – So, 12.07.2026 (12 Uhr)
Referentin	Sabine Klein
Gebühr	MG KV/YogaFV 329 €, NMG 389 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG ASANA KONKRET UND ANATOMIE STRUKTURANALYSE 2026



Diese Weiterbildung richtet sich an Praktizierende, die tiefer in die Yoga-Praxis eintauchen möchten. Durch anspruchsvolle Asana-Sequenzen und die dafür notwendige Konzentration entsteht eine Intensität, die in der individuellen Praxis oft schwer zu erreichen ist. Im Fokus steht die anatomisch präzise Ausrichtung des Körpers – als Voraussetzung für alle weiteren Schritte, insbesondere für die Weiterentwicklung und Vertiefung der Pranayama-Praxis. Ziel ist es, durch das bewusste Erlernen und Verfeinern der Yoga-Haltungen und Atemtechniken die Körperwahrnehmung

und Atemachtsamkeit nachhaltig zu schulen. Zentraler Bestandteil sind die 32 Asanas des Yoga-Kontinuums. Im Theorieteil dieser Weiterbildung geht es um die angewandte Anatomie des Bewegungsapparats. Aufbauend auf den Kenntnissen aus der Grundausbildung werden wir die Geometrie der Asanas im Hinblick auf die korrekte Ausrichtung analysieren und muskuläre Funktionszusammenhänge erarbeiten. 30 LE

ZIELGRUPPE

Yogasana-Yogalehrer/-in SKA®

HINWEIS

Im Rahmen des Seminars besteht für Teilnehmer/-innen, die alle Pflichtmodule des Yoga-Kontinuums besucht haben, die Mög-

lichkeit, die Abschlussprüfung abzulegen. Die Prüfung erfolgt am Vormittag des ersten Unterrichtstages. Bitte weisen Sie bei Seminaranmeldung auf Ihren Prüfungswunsch hin.

Seminar-Nr.	226122
Ort	Bad Wörishofen
Referent/-innen	Barbara Weiss, Dr. Linnéa Roth, Steffen Riedel
Termin	Do, 08.10. (15 Uhr) – So, 11.10.2026 (13:00 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 429 €, NMG 529 €, 159 € Prüfungsgebühr Yoga-Kontinuum reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG YOGA NIDRA – DER SCHLAF DES YOGIS – UND DER BEZUG ZUR MANDUKYA UPANISHAD



Die Mandukya Upanishad zählt zu den ältesten Upanishaden und stellt mit ihren 12 Mantren die kürzeste jener Schriften dar. Im Leitmotiv des 4-beinigen Atman werden unsere Bewusstseinszustände beschrieben: Wachzustand, Traum, Tiefschlaf und der „Vierte“. Aus A-U-M wird die Ganzheit OM. Die Praxis des Yoga Nidra ist eine Methode um physische, mentale und emotionale Entspannung herbeizuführen. Der Geist verbindet sich mit dem Körper und die Achtsamkeit ist in „jeder Zelle, jeder Pore“ erfahrbar. Das subtile Wahrnehmen der einzelnen Körperregionen führt in tiefere Schichten

des Bewusstseins. Diese Feinarbeit im Zustand der Entspannung ist eine harmonische Ergänzung zur Asana-Praxis in der Tradition nach Iyengar bzw. Yogasana. 30 LE

INHALTE

- ▶ die 12 Mantras der Mandukya Upanishad werden vorgestellt und gedeutet
- ▶ Hintergründe des indischen Denkens dienen als Interpretationsrahmen
- ▶ Asana- und Pranayama-Praxis zur Vertiefung der Körperwahrnehmung
- ▶ Ausgiebige Yoga Nidra-Anleitungen
- ▶ Sitzen in der Stille (OM Meditation)

ZIELGRUPPE

Yogalehrer/-in (auch in Ausbildung). (Die Teilnehmer/-innen des Kontinuums vertiefen ihr Wissen in einer häuslichen Ausarbeitung)

Seminar-Nr.	226123
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Karin Zugck, Carola Spiegel
Termin	Do, 29.10. (15 Uhr) – So, 01.11.2026 (12:00 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 529 €, NMG 429 €, reine Seminargebühr



MEHR IMPULSE FINDEN SIE AUF INSTAGRAM

Besuchen Sie uns auf
@sebastian_kneipp_akademie_de

Dort teilen wir Einblicke in unsere Seminare, praktische Gesundheitstipps und aktuelle Informationen rund um die Kneipp-Lehre.

Wir freuen uns über Ihr „Gefällt mir“ und Ihre Kommentare.



15 112 20



WEITERBILDUNG

**METTA MEDITATION –
EINFÜHRUNG IN DIE
PRAXIS DER LIEBENDEN
GÜTE**

Therese Heinisch führt Dich ein in die Meditationspraxis der liebenden Güte, deren historischen Hintergrund sowie die zugrundeliegende Philosophie. Ziel des Seminars ist es, mit den Teilnehmenden im Theorieteil ein tieferes Verständnis der Philosophie zu erarbeiten. Im Praxisteil taucht Therese Heinisch in die Tiefe der Praxis ein und bietet die Möglichkeit zur Reflexion der intensiven Erfahrung von Metta Meditation. Der theoretische Teil des Seminars startet mit der Einordnung und Rolle von Metta in die Buddhistische Lehre. Das Metta Sutta, der Text, auf dem die buddhistische Praxis basiert, wird in Gruppenarbeiten mit den Teilnehmenden ausführlich bearbeitet. Wir ordnen Metta in den Yogakontext ein

und beleuchten Metta aus der Sichtweise der Yogaphilosophie auf Basis des Yogasutra und eines Textes zu Maitri (aus dem Sanskrit übersetzt als liebende Güte). Wir besprechen Die Unterschiede, Abwandlungen sowie Ähnlichkeiten der philosophischen Interpretation. Abschließend bekommen Teilnehmende eine Einführung in das Unterrichten von Metta Meditation. Der praktische Teil des Seminars schließt sanfte Asana-Praxis zur Vorbereitung der Meditation ein. Im Fokus steht die Vermittlung von verschiedenen Versionen der Metta Meditation. Die Teilnehmenden werden Metta in einer stillen Haltung praktizieren. Die Gehmeditation wird als Variante zur eigenen Praxis mit auf den Weg gegeben. Ein wichtiger Bestandteil ist die Reflexionsübung, die dazu anregt, Ihre Erfahrungen in der Meditation zu verarbeiten. Im Anschluss bietet Frau Heinisch die Möglichkeit, auf Wunsch als Gruppe die persönliche Erfahrung zu reflektieren. 22 LE

INHALTE

Metta in Theorie und Praxis

- ▶ Philosophischer und historischer Hintergrund
- ▶ Einordnung in die Yogaphilosophie
- ▶ Praktische Einweisung, Übung, Reflexion

ZIELGRUPPE

Yogalehrende, Yogapraktizierende sowie Praktizierende anderer Meditationspraktiken. Vorerfahrung in der Meditation ist von Vorteil, aber nicht vorausgesetzt.

Seminar-Nr. 226124

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Therese Heinisch
Termin	Fr, 20.11. (16 Uhr) – So, 22.11.2026 (13 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr

WEITERQUALIFIZIERUNG
**PSYCHOSOMATIK
IM YOGA****„Yoga & Psychosomatik –
Stärkung der inneren Kraft bei
psychosomatischen Beschwerden“**

In diesem Aufbau-seminar vertiefen wir die Arbeit an den psychosomatischen Zusammenhängen im Yoga. Aufbauend auf den Inhalten des Seminars, „Psychosomatik im Yoga“ liegt der Fokus auf der praktischen Anwendung von Asanas, Atemübungen und Meditationen, die gezielt auf psychosomatische Themen ausgerichtet sind. Ein besonderer Schwerpunkt dieses Seminars liegt zudem auf dem Thema Resilienz – der inneren Widerstandskraft, die uns hilft, Stress, Krisen und psychosomatische Belastungen besser zu bewältigen. In Theo-



rie und Praxis lernen die Teilnehmenden, wie Resilienz durch Yoga gezielt gestärkt werden kann. 20 LE

INHALTE

- ▶ Vertiefende Yogaübungen, Atemtechniken und Meditationen für spezifische psychosomatische Beschwerden (z.B. Spannungskopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden, Schlafstörungen)
- ▶ Atemübungen und Meditationen für die innere Ruhe und Stabilität
- ▶ Resilienz Förderung durch Yoga, mit alltagstauglichen Übungen und Strategien zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft
- ▶ Wissenschaftliche Grundlagen zur Resilienz und deren Bedeutung bei psychosomatischen Erkrankungen

ZIELGRUPPE

Yogalehrer/-in, Ergotherapeut/-in, Physiotherapeut/-in, Osteopate/-in, Heilpraktiker/-in & Ärzt/-in mit Yogaerfahrung sowie langjährig Yoga-Übende mit medizinischem Interesse

Seminar-Nr. 226125

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Karolin Baller
Termin	04.12 (15 Uhr) – 06.12.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 329 €, 389 NMG €, reine Seminargebühr





WEITERBILDUNG EINWEISUNG IN DAS ZPP- KURSKONZEPT



Einweisung in das ZPP Kurskonzept

Aktuell geben ca. 60 % deutscher Frauen und Männer an, unter Stress zu stehen. Vor diesem Hintergrund wird der Bedarf deutlich, Stresskompetenzen und Entspannung im Sinne der Primärprävention zu fördern. Ein Hatha-Yoga-Kurs kann Menschen helfen, den krankmachenden Stressfaktoren zu begegnen. Die Zentrale Prüfstelle Prävention prüft bundesweit einheitlich und kassenübergreifend, ob Kursanbietende qualifiziert sind und ein Präventionskurs den gesetzlichen Vorgaben entspricht und somit Kursteilnehmende eine Erstattung von ihrer Krankenkasse erhalten können. Um kursleitenden Yoga-Lehrer/-innen den Weg der Zertifizierung zu vereinfachen und diesen ein qualitativ hochwertiges Kurskonzept zur Verfügung zu stellen, wurde das aus 12 Einheiten (à 90 Minuten) bestehende Präventionsprogramm „Durch Hatha-

Yoga (Yogasana) stressfrei und entspannt dem Alltag begegnen“ entwickelt. Dieses entspricht den Vorgaben des aktuellen Leitfadens Prävention „Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung von §§ 20, 20 a und 20 b SGB V“ und wurde von der Kooperationsgemeinschaft gesetzlicher Krankenkassen durch die Zentrale Prüfstelle Prävention für das Präventionsprinzip „Förderung von Entspannung (palliativ-regeneratives Stressmanagement)“ zertifiziert (Konzept-ID: KO-ST-XXM2B2). 8 LE

HINWEIS

Um für die Durchführung des Programms zertifiziert zu werden, müssen Yoga-Lehrende, neben der zu besuchenden Einweisung ins Kurskonzept, die Vorgaben hinsichtlich der benötigten persönlichen Qualifikationen als Yoga-Kursleitende erfüllen (siehe Leitfaden Prävention) bzw. diesbezüglich Bestandschutz genießen oder von der Übergangsregelung betroffen sein.

Seminar-Nr. 226111

Ort	online
Referentin	Kristina Weiss
Termin	08.02.2026 (9 – 17 Uhr)
Gebühr	MG KV/YogaFV 159 €, NMG 199 €, reine Seminargebühr, inkl. 15 € Kursmanual

Save the date



Franken-Akademie
Schloss Schney in Lichtenfels
06. - 08. November 2026

www.yogafachverband.de





QIGONG & T'AI CHI CH'UAN

Lernen Sie Qigong und T'ai Chi Ch'uan als Entspannung in Bewegung kennen. In innerer Ruhe und mit langsamen, fließenden Bewegungen geht es darum, loszulassen, den inneren Rhythmus zu finden sowie

Bewusstsein, Atem und Körper zu verbinden. Dies geschieht in Verbindung mit der Lehre Sebastian Kneipps und anderen modernen körperorientierten, meditativen Bewegungs- und Therapiekonzepten.

INFO

Die Ausbildungsstruktur für Qigong und T'ai Chi Ch'uan wurde 2023 an die aktualisierten Ausbildungsleitlinien des Deutschen Dachverbands für Taichi und Qigong (DDQT) angepasst. Für die Abrechnung mit den Krankenkassen gelten die jeweils aktuellen Regelungen für die Kursleiterqualifikationen. Diese stehen im Leitfaden Prävention (<https://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/>).

Hier kommt es auf die individuelle Vorbildung und Berufsbildung an. Je nach Berufsbildung differieren die Anforderung an Theorie und Praxis. Teile der Anforderungen sind in den Ausbildungen enthalten. Wir bieten die Möglichkeit, fachwissenschaftliche Kompetenzen modular über Weiterbildungen zu erlangen, sofern Sie diese nicht ohnehin über ihre Berufsbildung/ Ihr Studium erfüllen.

WIR HABEN UNSERE HOCHWERTIGEN AUSBILDUNGEN IN ZWEI TEILE GEGLIEDERT:

TEIL 1: GRUNDAUSBILDUNG (ÜBUNGSLEITER/IN SKA)

Mit der Ausbildung, dem ersten Teil, erlangen Sie einen Abschluss zum/zur Übungsleiter/-in SKA oder Lehrer/-in SKA.

TEIL 2: MODULARE ZUSATZQUALIFIKATION ZUR ZPP ZERTIFIZIERUNG (OPTIONAL)

Wenn Sie eine Zertifizierung zur Abrechnung bei den Krankenkassen anstreben, die Anforderungen an Kursleiter nicht erfüllen, können Sie Teil 2 modular absolvieren. Wir bieten in jedem Jahr Module an, die Ihnen helfen, die nötigen fachwissenschaftlichen, fachpraktischen Kenntnisse zu erlangen.

ZUR ERKLÄRUNG:

Abhängig von Ihrer beruflichen und persönlichen Qualifikation verlangt die ZPP diese Zusatzqualifikationen:

160 Lerneinheiten = 120 Vollstunden, die ausbildungsbegleitend oder im Anschluss an die Ausbildung absolviert werden können. Die Zusatzqualifikation ist eine offene Reihe für Übungsleiter/Innen Qigong und T'ai Chi Ch'uan der SKA oder anderer Ausbildung

DIE MODULE ZUR ERLANGUNG FACHWISSENSCHAFTLICHER KOMPETENZ SIND:

- ▶ Pädagogik, Unterrichtsgestaltung und Psychologie (40 LE = 1 ECTS-Punkt) Hybrid
- ▶ Naturwissenschaftliche-medizinische Grundlagen (80 LE = 2 ECTS Punkte)
- ▶ Fachbezogenes medizinisches Grundlagenwissen (40 LE = 1 ECTS Punkt)
- ▶ In den Ausbildungen zum/zur Übungsleiter/-in sind 2 Pflichtteile mit jeweils 30 Lerneinheiten enthalten
 - ◆ Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention und
 - ◆ Philosophie und Geschichte





ÜBUNGSLEITER/-IN ÜBUNGSLEITER/-IN QIGONG SKA

Qigong dient der ganzheitlichen Gesundheitspflege. Als Übungsleiter/-in Qigong SKA können Sie Menschen jeden Alters dabei unterstützen, ein gutes Gespür für den eignen Körper zu entwickeln. Die Aktivierung der individuellen Lebensenergie, durch gehaltene oder langsam fließende, einfach zu erlernende Bewegungsabläufe, sind wesentliche Aspekte in der Arbeit mit Qigong. Schwerpunkte des Grundkurses sind der differenzierte Umgang mit den Basis-Prinzipien des Qigong sowie lebendige Theorie und Praxis der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) in Verbindung mit der Lehre von Sebastian Kneipp und anderen modernen, körperorientierten, meditativen Bewegungskonzepten. 320 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Ein Einführungsseminar (25 LE), zwei Basisseminare, drei Aufbau-seminare (à 47 LE) und ein Prüfungsseminar (40 LE). Der Grundkurs dauert insgesamt drei Jahre und umfasst 320 LE (einschließlich 20 LE zur Erstellung einer Hausarbeit). Das Einführungsseminar kann zur Orientierung einzeln gebucht werden, soweit Kapazitäten vorhanden sind.

INHALTE

- ▶ Philosophischer und geschichtlicher Hintergrund
- ▶ Die Formen im bewegten Qigong:
 - ♦ T'ai Chi/Qigong in 28 Schritten
 - ♦ Die Übung des Kranichs
 - ♦ Die Acht Brokate
 - ♦ Wandlungsphasen-Qigong: Teil 1
- ▶ Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
 - ♦ Die fünf Wandlungsphasen
 - ♦ Die zwölf Meridiane
 - ♦ Kleiner Energiekreis, Großer Energiekreis
 - ♦ Die drei Dantian
- ▶ Einführung in die Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ Einführung in die Kneippsche Gesundheitslehre

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung zur kompetenten Leitung von Qigong-Gruppen: Es können selbstständig wöchentliche Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchgeführt werden. Sie verfügen nach Abschluss über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ZIELGRUPPE

Offen für alle bewegungsinteressierten Menschen

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss (Hausarbeit plus schriftlich ausgearbeitete und praktisch durchgeführte Lehrprobe und Demonstration) erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Übungsleiter/-in Qigong SKA“.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

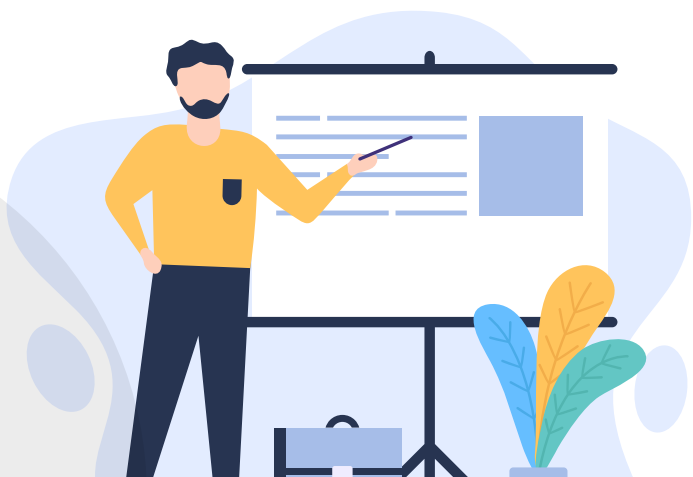
HINWEIS

Das Curriculum unserer Ausbildung ist vom „Deutschen Dachverband für Qigong und T'ai Chi Ch'uan“ (DDQT) anerkannt. Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung können Sie eine Legitimation vom DDQT erhalten.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ingrid Schmid-Bergmann
Beginn einer neuen Ausbildungsreihe	
Seminar-Nr.	226200 Einführungsseminar
	Fr, 20.11. – So, 22.11.2026
Gebühr	Gesamtpreis: MG 3.490 €, NMG 4.190 € pro Ausbildungsseminar: MG 581,66 €, NMG 698,33 €, zzgl. 169 € Prüfungsgebühr im 6. Ausbildungsseminar Darüber hinaus sind ca. 100 € für zusätzliche Literatur einzuplanen. Einführungsseminar: MG 329 €, NMG 379 €, reine Seminargebühr
Start Basis-Ausbildung 2025/2026	
Seminar-Nr.	226201 1. Basis-Seminar
	So, 29.03. – Do, 02.04.2026
Seminar-Nr.	226202 2. Basis-Seminar
	So, 13.09. – Do 17.09.2026
Start Aufbau-Ausbildung 2024/2025	
Seminar-Nr.	226203 1. Aufbau-Seminar
	So, 01.02. – Do, 05.02.2026
Seminar-Nr.	226204 2. Aufbau-Seminar
	So, 26.07. – Do, 30.07.2026
Start Aufbau-Ausbildung 2023/2024	
Seminar-Nr.	226205 3. Aufbau-Seminar
	So, 11.01. – Do, 15.01.26
Seminar-Nr.	226206 4. Aufbau-Seminar
Prüfung	So, 15.11. – Do, 19.11.2026

**SIE MÖCHTEN
IHR WISSEN TEILEN?**

**Dann bewerben Sie sich gerne
als Dozent bei uns!**





ÜBUNGSLEITER/-IN T'AI CHI CH'UAN SKA

T'ai Chi Ch'uan ist eine aus China stammende Bewegungskunst, deren Ausübung die Möglichkeit zur persönlichen Entfaltung gibt, und die in sich Aspekte der Meditation, der Gesundheitsförderung und der Selbstverteidigung bzw. Kampfkunst vereint. Innere Ruhe bei langsam fließenden, mit Bewusstheit und Atem koordinierten Bewegungen hilft uns zu entspannen, den eigenen Rhythmus zu finden und unsere Lebensenergie zu aktivieren und zu pflegen. Die körperlichen, mentalen und geistigen Aspekte können wesentlich zu unserer Gesundheit und unserem Wohlbefinden beitragen. In der Grundausbildung wird eine theoretisch und praktisch umfassende Übersicht der T'ai-Chi-Ch'uan-Praxis vermittelt. Die dargebotenen Übungsreihen werden intensiv geübt, vertieft und korrigiert. 320 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Ein Einführungsseminar (25 LE), zwei Basisseminare, drei Aufbau-seminare (47 LE) und ein Prüfungsseminar (40 LE). Der Grundkurs dauert insgesamt drei Jahre und umfasst 320 LE (einschließlich 20 LE zur Erstellung einer Hausarbeit). Das Einführungsseminar kann zur Orientierung einzeln gebucht werden, soweit Kapazitäten vorhanden sind.

INHALTE

- ▶ Philosophischer und geschichtlicher Hintergrund
- ▶ Die Formen im T'ai Chi Ch'uan:
 - ♦ Kurzform des Yang-Stils des T'ai Chi Ch'uan nach Cheng Man Ch'ing (37 Bilder)
 - ♦ Lange Form des Yang-Stils des T'ai Chi Ch'uan nach Cheng Man Ch'ing
 - ♦ Partnerübungen: Push-Hands
- ▶ Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
 - ♦ Die fünf Wandlungsphasen
 - ♦ Die zwölf Meridiane
 - ♦ Kleiner Energiekreis, Großer Energiekreis
 - ♦ Die drei Dantian
- ▶ Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ Einführung in die Kneippsche Gesundheitslehre

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung zur kompetenten Leitung von T'ai-Chi-Ch'uan-Gruppen: Es können selbstständig wöchentliche Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchgeführt werden. Sie verfügen nach Abschluss über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ZIELGRUPPE

Offen für alle bewegungsinteressierten Menschen

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss (Hausarbeit plus schriftlich ausgearbeitete und praktisch durchgeführte Lehrprobe und Demonstration) erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Übungsleiter/-in T'ai Chi Ch'uan SKA“.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

HINWEIS

Das Curriculum unserer Ausbildung ist vom „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“ (DDQT) anerkannt. Nach Abschluss der Ausbildung können Sie eine Legitimation vom DDQT erhalten.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ingrid Schmid-Bergmann
Beginn einer neuen Ausbildungsreihe	
Seminar-Nr.	226200 Einführungsseminar
	Fr, 20.11. – So, 22.11.2026
Gebühr	Gesamtpreis: MG 3.490 €, NMG 4.190 € pro Ausbildungsseminar: MG 581,66 €, NMG 698,33 €, zzgl. 169 € Prüfungsgebühr im 6. Ausbildungsseminar Darüber hinaus sind ca. 100 € für zusätzliche Literatur einzuplanen.
	Einführungsseminar: MG 329 €, NMG 379 €, reine Seminargebühr
Start Basis-Ausbildung 2025/2026	
Seminar-Nr.	226201 1. Basis-Seminar
	So, 29.03. – Do, 02.04.2026
Seminar-Nr.	226202 2. Basis-Seminar
	So, 13.09. – Do, 17.09.2026
Start Aufbau-Ausbildung 2024/2025	
Seminar-Nr.	226207 1. Aufbau-Seminar
	So, 15.02. – Do, 19.02.2026
Seminar-Nr.	226208 2. Aufbau-Seminar
	So, 08.11. – Do, 12.11.2026

ANMELDE- BESTÄTIGUNGEN

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie, wenn Sie sich online
über unsere Homepage,
per E-Mail an info@kneippakademie.de
oder telefonisch unter 08247/3002-132
anmelden.





LEHRER/-IN QIGONG-LEHRER/-IN SKA

Dieser Aufbaukurs ist für alle Übungsleiter/-innen Qigong SKA konzipiert, die bereits ein Übungsleiterzertifikat der SKA oder einer anderen DDQT-gerechten Ausbildung besitzen und ihre Kenntnisse erweitern wollen. Voraussetzung für Absolventen anderer Ausbildungsanbieter ist eine Kurzbewerbung mit Zertifikat und ein Gespräch mit der Ausbildungsleitung, um die inhaltliche und persönliche Motivation abzuklären. Der Aufbaukurs umfasst 6 Aufbauseminare (à 35 LE), 1 Prüfungsseminar (40 E) und die Erstellung einer Hausarbeit (20 LE). 270 LE

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung, um selbstständig Qigong-Gruppen im Bereich der Gesundheitsförderung kompetent zu leiten. Qigong-Lehrer/-innen sind in der Lage, über den wöchentlichen Kurs hinaus Wochenendseminare und Intensivseminare zu leiten und selbstständig Kurse anzubieten. Zudem können sie in der Ausbildung mitwirken und Übungsleiter/-innen unter Supervision eines Ausbilders anleiten. Sie verfügen nach Abschluss über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische, philosophische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

LEHRER/-IN T'AI CHI CH'UAN-LEHRER/-IN SKA

Dieser Aufbaukurs ist für alle Übungsleiter/-innen T'ai Chi Ch'uan SKA konzipiert, die bereits ein Übungsleiterzertifikat der SKA oder einer anderen DDQT-gerechten Ausbildung besitzen und ihre Kenntnisse erweitern wollen. Voraussetzung für Absolventen anderer Ausbildungsanbieter ist eine Kurzbewerbung mit Zertifikat und ein Gespräch mit der Ausbildungsleitung, um die inhaltliche und persönliche Motivation abzuklären. Der Aufbaukurs umfasst 6 Aufbauseminare (à 35 LE), 1 Prüfungsseminar (40 E) und die Erstellung einer Hausarbeit (20 LE). 270 LE

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung, um selbstständig T'ai Chi Ch'uan-Gruppen im Bereich der Gesundheitsförderung kompetent zu leiten. T'ai Chi Ch'uan-Lehrer/-innen sind in der Lage, über den wöchentlichen Kurs hinaus Wochenendseminare zu leiten und selbstständig Kurse anzubieten. Zudem können sie in der Ausbildung mitwirken und Übungsleiter/-innen unter Supervision eines Ausbilders anleiten.

Sie verfügen nach Abschluss über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische, philosophische und pädagogisch-didaktische Basiswissen, um einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anzuregen.

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Qigong-Lehrer/-in SKA“.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ingrid Schmid-Bergmann
Gebühr	Gesamtpreis: MG 3.290 €, NMG 3.950 € pro Aufbauseminar: MG: 428,00 € NMG: 514,00 € zzgl. 169 € Prüfungsgebühr im Prüfungsseminar, reine Seminargebühr

Ausbildungsbeginn 2026

Seminar-Nr. 226211 5. Aufbauseminar
Fr, 23.01. – Mo, 26.01.2026

Seminar-Nr. 226212 6. Aufbauseminar
Fr, 09.10. – Mo, 12.10.2026

Beginn jeweils 9 Uhr am Anreisetag –
Ende 13 Uhr am Abreisetag

ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „T'ai Chi Ch'uan-Lehrer/-in SKA“.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (mind. 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Ingrid Schmid-Bergmann
Gebühr	Gesamtpreis: MG 3.290 €, NMG 3.950 € pro Aufbauseminar: MG 581,66 €, NMG 698,33 €, zzgl. 169 € Prüfungsgebühr im Prüfungsseminar, reine Seminargebühr

Ausbildungsbeginn 2026

Seminar-Nr. 226209 1. Aufbauseminar
Fr, 13.03. – Mo, 16.03.2026

Seminar-Nr. 226210 2. Aufbauseminar
Fr, 27.11. – Mo, 30.11.2026

Beginn jeweils 9 Uhr am Anreisetag –
Ende 13 Uhr am Abreisetag



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG T'AI CHI CH'UAN- KOMPAKTKURS

Higher Level T'ai Chi Chuan

Der Kurs befasst sich mit der langen Form und beinhaltet Elemente der kurzen Form. Das Seminar wird von der bekannten T'ai Chi-Lehrerin Petra Kobayashi und ihrem Sohn Sunyata geleitet. Petra Kobayashi hat das klassische T'ai Chi Ch'uan zusammen mit ihrem Mann Toyo als eine der ersten in Europa bekannt gemacht.

Sie unterrichtet seit 1976 in Deutschland. 24 LE

INHALTE

- ▶ Lernen und Vertiefen der dreiteiligen langen Form
- ▶ Energiearbeit in der langen Form
- ▶ Grundlegende Techniken

VORAUSSETZUNGEN

Grundkenntnisse der gesamten kurzen Form

Seminar-Nr. 226213

Ort	Bad Wörishofen
Referenten	Petra Kobayashi, Sunyata Kobayashi
Termin	Do, 15.01. (15 Uhr) – So, 18.01.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 459 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG KRANICH QIGONG- INTENSIVSEMINAR

Der Kranich gilt in China als Symbol für Langleblichkeit und im frühen Daoismus zählte er zu den heiligen Tieren des Altertums. Die Übungen des Kranichs zeichnen sich durch feine Bewegungen aus, mit dem Ziel von Ruhe und Leichtigkeit, die aber wiederum auf einem festen Fundament basieren. Der Fluss von Qi und Xue wird durchgängig gemacht und verbessert, dadurch lassen sich die Übungen sehr gut bei unterschiedlichen Beschwerdebildern einsetzen. 16 LE

verbessert, dadurch lassen sich die Übungen sehr gut bei unterschiedlichen Beschwerdebildern einsetzen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Vertiefung und Feinkorrektur der fünf Teile des Kranich Qigong
- ▶ Prinzipien des Kranich Qigong
- ▶ Wandlungsphase Metall - Funktionskreise Lunge/Dichdarm
- ▶ Einbeziehung von Akupressurpunkten

VORAUSSETZUNGEN

Grundkenntnisse aller fünf Teile des Kranich Qigong

Seminar-Nr. 226214

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Alexander Wüst
Termin	Sa, 07.02. (10 Uhr) – So, 08.02.2026 (17 Uhr)
Gebühr	MG 269 €, NMG 329 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG „SPIEL DER FÜNF TIERE“ – TEIL I

Mit einfachen Übungen zu innerem Gleichgewicht

Das „Spiel der fünf Tiere“ ist eine sehr alte chinesische Übungsform aus der daoistischen Gesundheitspraxis. Die auf einen berühmten chinesischen Arzt zurückgehende Form der fünf Tiere zeichnet sich durch große Lebendigkeit und Vielfalt aus. Nach dem Motto: „Bewusstsein entwickelt sich in der Bewegung“ lernen wir still zu sein und nach innen zu schauen, bei gleichzeitiger Wachsamkeit und Aufmerksamkeit für die Bewegungen und dabei für die sich ständig verändernden Lebensprozesse. Die Nähe der Übungen zur Natur und Natürlichkeit lassen beim Üben Freude und Wohlbefinden aufkommen. Wir werden uns in Bewegung, Ausdruck, Emotion, Anmut und Kraftentwicklung dem jeweiligen Schritt annähern. Jeder Schritt (Tierspiel) ist einer Wandlungsphase nach der TCM (traditionelle chinesische Medizin) zugeordnet. Die Wandlungsphasen dienen der Beschreibung

zyklischer, energetischer Prozesse, die durch den aktiven Antrieb von Yang und die zurückhaltende Funktion von Yin gesteuert werden. Sie stehen in enger Verbindung mit den Organen und den zugehörigen Meridianen. 22 LE

INHALTE

- ▶ Theorie und Praxis des Gehens im Qigong speziell für die 5 Hauptorgane
- ▶ Wiederholen und Feinkorrektur: Der Schritt 1, 2 und 3 des Bären, des Tigers, des Kranichs, des Affen, des Hirsches
- ▶ Weiterlernen der Schritte 4 und 5 des Bären, des Tigers, des Kranichs, des Affen und des Hirsches
- ▶ Energiearbeit und Zellatmung in der Verbindung zu den Hauptorganen
- ▶ Vertiefung der Theorieaspekte
- ▶ Anwendungsmöglichkeiten im Speziellen z.B. mit Senioren, Jugendlichen, Erwachsenen etc.
- ▶ Medizinische und psycholog. Aspekte

VORAUSSETZUNGEN

Übungserfahrung mit Qigong

HINWEIS

Diese Weiterbildung besteht aus Baustein I und II, um das gesamte Spiel der fünf Tiere zu erlernen und zu vertiefen. Teil II wird im Juni 2027 angeboten. Nach Abschluss beider Bausteine und dem Erstellen einer kleinen Ausarbeitung zu diesem Thema kann ein gesonderter Zertifikat für das Unterrichten des Spiels der fünf Tiere ausgestellt werden.

Seminar-Nr. 226215

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Ingrid Schmid-Bergmann
Termin	Do 11.06. (17 Uhr) – So, 14.06.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG KRAFT AUS DER VERBUNDENHEIT

Wudang Shan Shiba Fa u. a. –
Intensivseminar

Am roten Faden der komplexeren Übungen aus dem 2. Teil der Wudang Shan Shiba Fa (18 Übungen vom Berg Wudang) und verwandter Übungen entlang, werden wir die Qualität der inneren Verbundenheit und der Verbindung zu anderen verbessern. Die sehr ästhetische Übungsfolge baut viele Brücken zum T'ai Chi Ch'uan und wird seit über 280 Jahren in der Familie Fei aus Nanjing weitergegeben und führt durch viele Schattierungen des Qigong – von Stille bis zur freien Bewegung, von gesundheitsfördernder Kräftebündelung bis zur belastbaren Kraftentwicklung. Im Zentrum der 18 Übungen steht die Verbindung von Körper und Raumgefühl. Durch fließend-elegante Bewegungen in abwechslungsreicher Folge wird der Aufbau einer zentrierten pulsierenden Gesamtspannung und Bewegung erreicht. Dies stärkt die Verbundenheit des gesamten Organismus und schult die „biotensegral fascial body awareness“. Das gesamte myofasziale System wird nach den Spielregeln gelingenden Faszientrainings bearbeitet. Aus einer gut ausgerichteten Körperstruktur entwickeln sich in diesem Qigong die T'ai Chi Ch'uan-Grundkräfte „Peng“ und „An“. Die Übungen werden Schritt für Schritt genau

unterrichtet und mit Grundübungen verbunden. Übungen in Ruhe ergänzen die bewegte Übungsform. Theoretische Hintergründe aus West und Ost dienen als Verständnishilfe. Da wir für die komplexen Übungen Zeit zum Lernen und Ausprobieren brauchen, wird vor allem der zweite Teil der Übungen an den 4 Tagen unterrichtet. Der erste Teil wird nur kurz wiederholt! 22 LE

INHALTE

- ▶ Wudang Shan Shiba Fa (18 Übungen vom Berg Wudang)
- ▶ Qigong-/T'ai Chi Ch'uan-Faszienarbeit
- ▶ Inneres Training: Wudang-Übungen und T'ai Chi Ch'uan
- ▶ Basis-Qualitäten im T'ai Chi Ch'uan: „Peng (Schwellen)“ & „An (Quetschen)“
- ▶ Chansi Gong (Seidenwickelübungen)
- ▶ Stille Übung (Jing Gong), Üben mit Vorstellungskraft (Yi Qigong)
- ▶ Qigong- und T'ai Chi Ch'uan-Theorie und -Methodik
- ▶ Westliche Modelle als Verständnishilfe (myofasziales Modell, Hirnforschung, Salutogenese/Resilienz, Sensorische Integration)

VORAUSSETZUNG

Es ist von Vorteil die ersten 10 Übungen des Wudang Shan Shiba Fa zu kennen. Alternativ vertiefte T'ai Chi Ch'uan-/Qigong-Erfahrung (mind. 3 Jahre)

Seminar-Nr. 226216

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Christian Auerbach
Termin	Do, 10.09. (17 Uhr) – So, 13.09.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG STÄRKUNG DER SELBSTTHEILUNGSKRÄFTE MIT AKUPRESSUR

Sinnvolle Eigenanwendung für jeden Tag

Die Akupressur (Fingerdruckmassage) geht auf eine lange Tradition zurück. Sie ist eine jahrtausendealte Anwendungsmethode der TCM (traditionelle chinesische Medizin), die von vielen Menschen in der Welt nutzbringend eingesetzt wird. Untersuchungen zeigen, dass die Akupressur der Akupunktur von der Wirkungsvielfalt her in nichts nachsteht. In dieser Weiterbildung erfahren Sie neben einer theoretischen Einführung in das zugrundeliegende Yin und Yang-Konzept der TCM, auch die Funktionsweise sowie den Nutzen angewandter Akupressur und für welche gesundheitlichen chronischen Beschwerden und Störungen des Organismus sie eingesetzt werden kann. Das Seminar bietet genügend Raum,

mittels Eigen- und Partnerübungen eine gewisse Sicherheit in der Ausführung zu erlangen. Energieübungen zur Vor- und Nachbereitung der Akupressur sowie die Klopfakupressur (eine spezielle Sonderform) runden die Weiterbildung ab. 16 LE

INHALTE

- ▶ Vorstellung des Yin und Yang-Konzeptes
- ▶ Funktionsweise und Nutzen der Akupressur (Möglichkeiten/Grenzen)
- ▶ Grundtechniken und Anwendungsarten der Akupressur
- ▶ Akupressur-Punkte und Zuordnung in Punktkategorien
- ▶ Punktemuster und Punktkombinationen zur Stärkung der Selbstheilungskräfte
- ▶ Energetische Begleitübungen
- ▶ Wichtige Akupunkte als begleitende Anwendung zur „Ersten Hilfe“
- ▶ Einführung in die Klopfakupressur

Seminar-Nr. 226217

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Danilo Marz
Termin	Sa, 26.09. (9:30 Uhr) – So, 27.09.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG T'AI CHI CH'UAN KURZ- FORM INTENSIV

Higher Level T'ai Chi Chuan

Durch grundlegende Übungen des T'ai Chi Ch'uan lernen wir den Umgang mit unserer Lebensenergie. Innere Ruhe, bei langsamen, fließenden, mit Bewusstheit und Atmung koordinierten Bewegungen helfen uns zu entspannen, den eigenen Rhythmus zu finden und die innere Lebensenergie zu aktivieren, zu pflegen und zu stabilisieren – was wesentlich zur Gesundheit und zum Wohlbefinden beiträgt. In diesem Kurs werden die angebotenen Übungsreihen Teil 1 + 2 des Yang-Stils vermittelt, geübt und korrigiert. Hinführende Übungen aus dem T'ai Chi Ch'uan und dem Qigong helfen uns, leichter die innere

Stille zu finden, die Aufmerksamkeit zu lenken, und Körper und Geist auf die im T'ai Chi Ch'uan angestrebten Ziele vorzubereiten. T'ai Chi ist ein altes chinesisch-taoistisches Übungssystem, das unter vielen Aspekten geübt wird: Schulung des Körperbewusstseins, Entspannung, Atemübung, Heilgymnastik, Entwicklung der inneren Energie, sanfte Kunst der Selbstverteidigung und Meditation in Bewegung. Das Üben führt zu Wohlbefinden und Ausgeglichenheit und eignet sich für Menschen jeden Alters. Die Kurzform des Yang-Stils wird von vielen Übenden weltweit geübt. Sie hilft den Menschen den Zugang zu der Bewegungskunst des T'ai Chi Ch'uan leicht zu finden. Durch die korrekte Ausführung der Form entwickelt sich die innere Harmonie und Kraft auf natürliche Weise. 22 LE

INHALTE

- ▶ Vertiefung und Korrektur Teil 1 + 2
- ▶ Lernen Teil 3
- ▶ Vertiefung der Energiearbeit und Feinkorrektur der ganzen Form

VORAUSSETZUNG

Übungserfahrung mit T'ai Chi Ch'uan

Seminar-Nr. 226218

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Ingrid Schmid-Bergmann
Termin	Do, 01.10. (17 Uhr) – So, 04.10.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr

WEITERQUALIFIZIERUNG MODUL PSYCHOLOGIE, PÄDAGOGIK & UNTERRICHTS- GESTALTUNG

Modul für die Zusatzqualifikation ZPP

Unter dem Blickwinkel der „Psychologie der Fünf Wandlungsphasen und ihre Bedeutung in der PTCM (Psychologie der Trad. Chin. Medizin)“ werden im Modul I die fachwissenschaftlichen Kompetenzen gemäß dem Ausbildungscurriculum für die Zusatzqualifikation in dem Thema vermittelt. Diese sind in der Ausbildungs-Version-2023-01-12 des DDQT (Deutscher Fachverband für Qigong und Taijiquan) erläutert. Die Themenschwerpunkte werden in 40 Lerneinheiten = 30 Stunden = 1 ECTS vermittelt:

TEIL I: PSYCHOLOGIE

Präsenzseminar an der SKA.
30 LE

TEIL II: PÄDAGOGIK & UNTERRICHTSGESTALTUNG

Interaktives Online-Seminar mit selbstorganisiertem Vorbereitungsteil.
10 UE

Durch das Seminar führt Ingrid Schmid-Bergmann, Sozialpädagogin, abbrobierte Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeutin, Erwachsenen Psychotherapie als Heilpraktikerin. Ingrid Schmid-Bergmann ist unsere höchstefahrene Ausbildungsleitung für Qigong- und T'ai Qi Q'uan Übungsleiter/Innen und Lehrer/Innen SKA® und Lehrbeauftragte für Weiterbildungen in dem Bereich.

ZIELGRUPPE

Freies Angebot für Teilnehmende der Ausbildung oder ausgebildete Übungsleiter/-innen Qigong oder T'ai Chi Ch'uan, die die Voraussetzungen erfüllen und diesen Baustein für die Zusatzqualifikation zur ZPP Zertifizierung und Zulassung benötigen.

VORAUSSETZUNG

Teilnehmende der Ausbildung oder ausgebildete Übungsleiter/-innen Qigong oder T'ai Chi Ch'uan

Seminar-Nr. 226219

Ort	Teil I: Bad Wörishofen; Teil II: Online
Referent	Ingrid Schmid-Bergmann
Termin	Teil 1: So, 25.10. – Mi 28.10.2026 Teil 2: Sa, 07.11.2026 (09 – 14 Uhr)
Gebühr	MG 549 €, NMG 649 €, reine Seminargebühr





WEITERBILDUNG QIGONG UND T'AI CHI CHUAN DER YING-YANG WECHSEL „VOLL UND LEER“ IM T'AI CHI CH'UAN UND EINE „KURZSTOCK- FORM“ IM YANGSTIL

Ein kontinuierlicher Wandel von Ying und Yang oder „Voll und Leer“ ist ein wesentliches Prinzip in der Bewegungsweise des T'ai Chi Ch'uan; egal ob in Vorübungen, in der Form oder in Partnerübungen. Bei unseren T'ai Chi-Bewegungen soll kontinuierlich ein entspannter Wechsel zwischen „Voll und Leer“ in unserem Körper stattfinden. Besonders offensichtlich wird dieser Wechsel in den Beinen; er betrifft jedoch alle Körperbereiche. Ein gut vollzogener Wechsel zwischen „Voll und Leer“ lässt den Körper leichter entspannen, führt zu größerer natürlicher Stabilität und begünstigt eine gute Zirkulation der Körperenergien. Im Rahmen des Seminars erforschen wir das Prinzip von „Voll und Leer“ und erlernen Methoden, den damit verbundenen Wechsel in einem stimmigen Timing entspannt stattfinden zu lassen. Hierzu nutzen wir verschiedene Be-

wegungssequenzen aus dem T'ai Chi Ch'uan. Es werden die Fünf Lockerungsübungen nach Meister Huang Xingxian sowie zwei seiner Acht Basic Pushing Hands Übungen unter dem Gesichtspunkt von „Voll und Leer“ erlernt und verfeinert. Meister Huang Xingxian (1910 – 1992) war ein herausragender Schüler von Cheng Man-ch'ing. Außerdem wird die erste Hälfte der T'ai Chi Ch'uan Kurzstockform nach Meister Huang Xingxian erlernt. (Neben den bekannteren T'ai Chi Ch'uan-Solo-Formabfolgen gibt es T'ai Chi-Formen, die auch mit Stöcken ausgeführt werden. Sie gehören zu den sogenannten „Waffenformen“.) Diese Kurzstockform (Stocklänge knapp ein Meter) ist eine fließend ausgeführte Bewegungsabfolge, deren Geschwindigkeit etwas rascher ist als in der Soloform. Die etwas schnellere Dynamik hilft, die Prinzipien von „Voll und Leer“ gut zu erfahren. Weiterhin macht uns das Spiel mit dem Stock mit einem größeren Aktionsradius vertraut, schult das Raumgefühl und die Präsenz nach Außen. Mit der ersten Hälfte dieser Kurzstockform wird ein runder Abschluss gefunden und die Sequenz kann daher auch als in sich geschlossene Form ausgeübt werden. 22 LE

INHALTE:

- ▶ Die Fünf Lockerungsübungen
- ▶ Zwei der Acht Basic Pushing Hands Übungen
- ▶ Die erste Hälfte einer T'ai Chi Ch'uan-Kurzstockform aus dem Yang-Stil
- ▶ (alle nach Meister Huang Xingxian; unter dem Gesichtspunkt des Wandels von Ying und Yang)
- ▶ weitere Übungen aus dem T'ai Chi und dem Qigong zum Thema „Voll und Leer“

VORAUSSETZUNG

Grundkenntnisse in T'ai Chi Ch'uan

HINWEIS:

Die Stöcke für die Kurzstockform werden gestellt.

Seminar-Nr. 226220

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Axel Klugmann
Termin	Do, 29.10. (17 Uhr) – So, 01.11.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG T'AI CHI CH'UAN- PARTNERÜBUNGEN SCHRITT FÜR SCHRITT

**8 Scheiben, 4 Hände, 8 Wechsel ... weiter
geht's auf Basis der Spürenden Hände**

Wir gehen einen Schritt weiter in den Partnerübungen im T'ai Chi Ch'uan. Startpunkt wird der sehr achtsame und weiche Kontakt in den „Spürenden Händen (Jue Shou)“ sein, in dem die ersten 5 der traditionell 25 verschiedenen Kräfte („JIN“) eingeübt werden: Haften, Zuhören, Verstehen, Aufnehmen und Ausgleichen. Das lebendige Gespür füreinander aus den „Spürenden Händen“ setzen wir in der „8-Scheiben-Methode (Ba Pan Jia Zi Dingbu Tui Shou)“ um - der klassischen Einstiegsübung im Yang-Stil. Dabei erforschen wir 4 weitere der 25 „JIN“-Kräfte: Verlocken, Binden, Umsetzen, Ausleihen. Dazu kommt die Übung der „4 Hände 8 Richtungswechsel (Sizheng Tuishou Ba Diandao)“, in der die Komplexität des Zusammenspiels der Partner zunimmt. T'ai Chi Ch'uan-Push Hands ist kein Gegeneinander und führt zu einem heilsamen angenehmen forschenden Miteinander. Die gegenseitige Unterstützung

beim Lernen macht Spaß und erweitert den Handlungsspielraum. Insofern ist es auch für Qigong-Lehrende und -Übende interessant und bietet für Akupressur und Massage wertvolle Hilfestellungen. 22 LE

INHALTE

- ▶ Spürende Hände (Jue Shou)
- ▶ 8 Scheiben Methode (Ba Pan Jia Zi Dingbu Tui Shou)
- ▶ 4 Hände (Sizheng Tuishou)
- ▶ 5 Worte der Gelassenheit
- ▶ Stille Übung (Jing Gong), Üben mit Vorstellungskraft (Yi Qigong)
- ▶ Entwicklung von stimmiger Haltung und Bewegung
- ▶ Schlüsselpunkte von Körperstruktur und Kontakt
- ▶ Verhältnis Bewusstsein und Körper
- ▶ Qigong- und T'ai Chi Ch'uan-Theorie und Methodik
- ▶ westliche Modelle als Verständnishilfe (Polyvagalthese, myofasziales Modell, Hirnforschung, Salutogenese / Resilienz, Sensorische Integration)

VORAUSSETZUNGEN

mind. 3 Jahre T'ai Chi Ch'uan oder Qigong

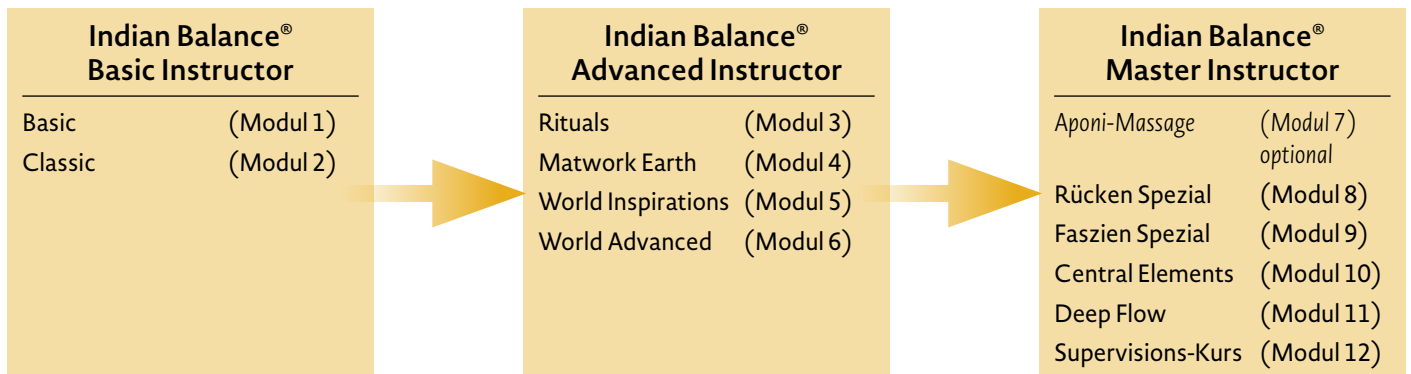
Seminar-Nr. 226221

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Christian Auerbach
Termin	Do, 26.11. (17 Uhr) – So, 29.11.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 379 €, NMG 469 €, reine Seminargebühr



Indian Balance® –
das indigene Heilyoga
baut eine starke, kraftvolle
Verbindung zum eigenen
Körper auf als Basis
für ganzheitliche
Gesundheit.

Indian Balance® –
das indigene Heilyoga
baut eine starke, kraftvolle
Verbindung zum eigenen
Körper auf als Basis für
ganzheitliche
Gesundheit.



ÜBUNGSLEITER/-IN INDIAN BALANCE® INSTRUCTOR

Indian Balance® vereint das indianische Wissen vom Fließen der Körperenergie mit unserer modernen Bewegungslehre. Das indigene Heilyoga ist ein ausgewogenes Achtsamkeits- und Kräftigungstraining basierend auf den Lehren und Traditionen der Native Americans und besteht aus dem Zusammenspiel zwischen fließender Bewegung, bewusster Atmung, gesundheitsfördernder Haltung und Tiefenentspannung. Die Übungen bauen eine natürliche und starke Verbindung zum eigenen Körper auf. Indian Balance® ist für alle Altersgruppen und Konditionstypen geeignet und hat zum Ziel, unseren Körper und Geist in Harmonie zu bringen. Die besonderen Merkmale sind die Säulen der indigenen Atemtechnik, die achtsamen Übungsabläufe sowie die Natürlichkeit in der Bewegung, die uns unseren Körper spüren lassen. Die atmosphärisch stimmungsvolle Begleitung mit einer eigens dafür produzierten indianischen Klangwelt vertieft die Wahrnehmung und Ausführung aller Übungen.

MODUL 1 – INDIAN BALANCE® BASIC

Im Modul 1 „Basic“ werden die typischen Bewegungsabläufe von stehenden Übungen bis zu Bodenteilübungen, deren Techniken und Atmung in Verbindung mit der indianischen Klangwelt erlernt und das Hintergrundwissen zu den traditionellen Wurzeln vermittelt. 15 LE

INHALTE

- ▶ Indigenes Heilyoga
- ▶ Tradition und Historische Wurzeln
- ▶ Kahuna-Atemmethode
- ▶ Körperbalance
- ▶ Spezifische Elemente
- ▶ Natives Achtsamkeitstraining
- ▶ Kahuna-Tiefenentspannungsmethode
- ▶ Modifikation
- ▶ Grundsätze des Stundenaufbaus

MODUL 2 – INDIAN BALANCE® CLASSIC

Im Modul 2 „Classic“ wird die Reise in die faszinierende Bewegungswelt von Indian Balance® fortgesetzt. Neue Übungsbilder und Variationen werden fließend mit den gefestigten Basisübungen verknüpft. Du lernst die weiterführenden, energiegeladenen Körperpositionen und Bewegungselemente kennen. Tipps und Hinweise zur Gestaltung von Indian-Balance®-Stunden runden das Programm ab. 15 LE

INHALTE

- ▶ Indian Balance® Elemente-Erweiterung
- ▶ Vertiefung und Variation der Übungsbilder
- ▶ Wahrnehmung und Entspannung
- ▶ Teilnehmeransprache
- ▶ Kahuna-Flow-Methode
- ▶ Indigene Partnerübung
- ▶ Transfer in die eigenen Kurse und in den Alltag

ABSCHLUSS

Zertifikat „Indian Balance® Basic Instructor/-in“. Mit diesem Zertifikat sind die Teilnehmer/-innen berechtigt, Kurse unter dem Namen Indian Balance® anzubieten.

ZIELGRUPPE

Trainer/Übungsleiter/-in, Sportfachkraft, Entspannungstrainer/-in, der/die Indian Balance® als eigenständiges Kurs-Programm durchführen wollen bzw. Teile des Programms in bestehende Angebote integrieren möchten. Allgemein Interessierte auf Anfrage.

HINTERGRUND UND TRADITION VON INDIAN BALANCE®

Der Urgroßvater von Christian de May gründete 1912 die erste Schule und Mission für die indigenen Ureinwohner in Chile/Südamerika. Aufgrund seiner Herkunft und Familientradition entwickelte Christian de May das Programm Indian Balance, welches die beiden Säulen indigenes Heilyoga und moderne Bewegungslehre vereint.



Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Seminar-Nr.	226251 Modul 1 + 2 complete Indian Balance® Basic
	Sa, 14.03. – Di, 17.03.2026
Seminar-Nr.	226252 Modul 1 + 2 complete Indian Balance® Basic
	Do, 18.07. – So, 21.07.2026
Beginn jeweils um 10 Uhr am Anreisetag – Ende 14:45 Uhr	
Gebühr	Gesamtpreis: MG 549 €, NMG 659 € reine Seminargebühr

ÜBUNGSLEITER/-IN INDIAN BALANCE® ADVANCED INSTRUCTOR (MODULE 3 – 6)

HINWEIS

Der Indian Balance® Advanced-Lehrgang ist für Teilnehmer/-innen, die die Stufe 1 – 2 bereits erfolgreich absolviert haben und für Trainer/-innen, die alle Grundphasen mit den nativen Aktionsprofilen des indigenen Heilyogas fundiert vertiefen möchten. Nach Abschluss der Reihe wird das Zertifikat „Indian Balance® Advanced Instructor“ verliehen.

MODUL 3 – INDIAN BALANCE® RITUALS

Das Ritual „Kahuna Morningstar“ zeigt uns den kraftvollen Spirit der geschmeidigen Erdungs- und Körperbalance-Übungen und ist zugleich das „Herz“ der indianischen Bewegungswelt. Die Techniken zeigen Dir neue Wege zu körperlicher und geistiger Gelassenheit. Der harmonische Verbund der Positionen führt Dich kräftigend und fließend entspannt in Deine Mitte. Die Rituale werden über alle Körper- und Bewegungsebenen, von den stehenden bis in die liegenden Positionen erlernt. Im Lehrgang werden die intuitiven Bewegungsabläufe des Rituals Kahuna-Morningstar im Einklang mit der indianischen Chakrenlehre „Seven Fire“ und der Kahuna-Atemtechnik gemeinsam Schritt für Schritt erarbeitet. Die Ursprünge entstammen aus dem indigenen Heilwissen. Indian Balance® Rituals kann als 15 min, 30 min oder 60 min Einheit angewendet werden. Das Ziel ist das Verflechten in die Kurseinheiten von Indian Balance® oder als eigene Kurseinheit, je nach eigenem Gefühl und Empfinden. Die Techniken können beliebig oft in die Kurse und auch in unterschiedlichen Gesundheitssportangeboten umgesetzt werden. Im Mittelpunkt steht das für Dich freie Entfalten und Loslassen, sowie unser zielorientiertes Bewegen und Fühlen. Der Lehrgang bietet neben der sinnlichen Wahrnehmung und harmonischen Kräftigung Deines Körpers, sehr viele Alternativen für die ganzheitliche Gestaltung einer Kursstunde. 15 LE

INHALTE

- ▶ Achtsamkeitstraining
- ▶ Chakrenlehre
- ▶ Rücken- und Entspannungspädagogik
- ▶ Indigene Atemmethodik
- ▶ Indigenes Heilyoga und Bewegungslehre
- ▶ Transfer in den Alltag

MODUL 4 – INDIAN BALANCE® MATWORK EARTH

Der Schwerpunkt dieses Lehrgangs liegt vor allem im Verstehen und Beherrschen der wichtigen Grundprinzipien, was das Fundament der komplexen Indian Balance® Bodentechniken und Übungen darstellt. Die Vielfalt der Übungen wird gemeinsam erarbeitet, um die Energien und Kräfte Deines Körpers freizusetzen, und gleichzeitig Entspannung und Wohlbefinden zu erfahren. Das Ziel liegt im konzentrierten Arbeiten ohne Überbelastung. Du lernst die Indian Balance® Bodentechniken

in verschiedenen Positionierungen: kniend, sitzend und liegend. Es werden alle Variationsmöglichkeiten von Anfängern bis Fortgeschrittene erlernt und nach dem eigenen Bewegungsprofil angewendet. 15 LE

INHALTE

- ▶ Kräftigungstechniken am Boden nach indianischer Art
- ▶ Native Touch & Move Technik
- ▶ Beckenboden und Atmung
- ▶ Beckenbodentraining aus verschiedenen Ausgangsstellungen
- ▶ Bauchtraining aus verschiedenen Ausgangsstellungen
- ▶ Rücken, Arme, Beine und Gesäß
- ▶ Sensomotorik, Koordination
- ▶ Indian Balance®-Körperwahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen

ABSCHLUSS

Teilnahmebescheinigungen „Indian Balance® Kahuna Rituals und Indian Balance® Matwork Earth“

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Seminar-Nr.	226253 Modul 3 + 4 complete
	Do, 03.12. (10 Uhr) – So, 06.12.2026 (14:45 Uhr)
Gebühr	Gesamtpreis: MG 549 €, NMG 659 € reine Seminargebühr

MODUL 5 – INDIAN BALANCE® WORLD INSPIRATIONS

In dem zweitägigen Lehrgang für alle Indian Balance® Instructors lernen wir das „Entschleunigen“ und die innere Ruhe zu fühlen und zuzulassen. Die aktiven Bewegungs- und Regenerationstechniken nach nativer Tradition des „Earth Walks“ werden als Wegweiser u.a. als Top-Ten Übungen und Grundlage vorgestellt und trainiert. Die Reflexion der Indian Balance® Basis-Übungen stellt eine Säule des Lehrgangs dar. Eine weitere zentrale Rolle spielen dabei die eigenen körperlichen und mentalen Strategien, die darüber entscheiden, ob Du Deine Kräfte im Unterricht als Übungsleiter/-in oder im Alltag schonend und wirksam einsetzt. Die neu erlernten Techniken können in alle Kursprofile eingefügt, oder als erweiterter Kurs angeboten werden. 15 LE

INHALTE

- ▶ Top-Ten Übungen
- ▶ Bewusstheit statt Perfektion
- ▶ Native Regenerationstechniken
- ▶ Zur Bedeutung des Gleichgewichts
- ▶ Statische und dynamische Indian Balance®-Übungen
- ▶ Die Vielfältigkeit der Indian Balance® Shamanics (Körperübungen)
- ▶ Körperliche und mentale Strategien
- ▶ Variationsmöglichkeiten der Übungen für Jugend, Erwachsene und Senioren
- ▶ Indian Balance® Methodik und Didaktik
- ▶ Rolle und Ausdruck des/der Trainers/-in
- ▶ Kreatives Verknüpfen der einzelnen Indian Balance® Pfade und Übungen
- ▶ Reflexion Indian Balance® Basis-Technik und Tradition
- ▶ Earth Walks-Tiefenentspannung



MODUL 6 – INDIAN BALANCE® WORLD ADVANCED

Pfad des Lehrers. Diese Ausbildung öffnet Dir die Tür zum Pfad des Lehrers, und vertieft zugleich deinen eigenen Pfad zur inneren Stärke und Gelassenheit. Es werden alle Übungsphasen aus dem indigenen Heilyoga fundiert gelehrt. Abgerundet wird dieser Ausbildungspfad durch Techniken für unsere eigene Gesunderhaltung als Trainer/-in. Es befähigt uns Trainer/Übungsleiter/-innen ein kreatives und gesundheitsorientiertes Trainingsprogramm mit den traditionellen indigenen Bewegungs- und Entspannungstechniken eigenverantwortlich zu planen, und auf alle Altersprofile gezielt und kompetent anzupassen. 15 LE

INHALTE

- ▶ Indian Balance® World: Modellstunde
- ▶ Indian Balance® Technik/Tradition
- ▶ Die zwei Grundsäulen indianische Ethnokultur und Medizin
- ▶ Spezielle Unterrichtsprinzipien und -techniken von Indian Balance®
- ▶ Die unterschiedlichen Stile der Kahuna-Atemtechnik-Tradition
- ▶ Wahrnehmung und intuitive Technischule nach nativer Tradition
- ▶ Indian Balance® Ritual Morningstar (3 Bewegungs- und Körperebenen) (Praxis)
- ▶ Variationen der Kurse und Modifikationen elem. Übungsbilder
- ▶ Dynamikwechsel der einzelnen Übungen (Theorie und Praxis)
- ▶ Reflexion der Indian-Balance®-Ausbildungen Modul 1–5Lehrprobe: eigene Präsentation einer Indian-Balance®-Stundenphase
- ▶ Verbinden der erlernten Übungsbilder aus den Modulen 1–5
- ▶ Indian-Balance®-Training für Senioren, Ungeübten, Problemzonen und Rehabilitation und fortgeschrittene Sportler/-innen
- ▶ Die traditionellen Merkmale von Indian Balance®
- ▶ Philosophie – Tradition – Spirit – Atmung – Technik

VORAUSSETZUNG

Abschluss als Indian Balance® Basic Instructor/-in

ABSCHLUSS

Teilnahmebescheinigung „Indian Balance® World Inspirations und World Advanced“

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Seminar-Nr.	226254 Modul 5 + 6 complete
	Do, 10.12. (10 Uhr) – So, 13.12.2026 (14:45 Uhr)
Gebühr	Gesamtpreis: MG 549 €, NMG 659 € reine Seminargebühr

MODUL 8 – INDIAN BALANCE® RÜCKEN SPEZIAL

Die Anzahl von Menschen mit Rückenproblemen und Körperfehlstellungen ist größer, denn je. Deshalb haben wir ein spezielles Übungsprogramm für den Rücken entwickelt, in Einklang mit den Bewegungsbildern und Besonderheiten von Indian Balance®. Ziel dieser Ausbildung ist es, durch spezielle Bewegungs- und Energietechniken, sowie achtsames Fühlen und Wahrnehmen unseres Körpers, Rückenprobleme vorzubeugen und akute Rückenschmerzen und Fehlhaltungen zu beheben oder zu bessern. Ebenso lernen wir gemeinsam, welchen Einfluss die richtige Atemtechnik auf die Ausrichtung unserer Wirbelsäule hat. Dieser Rücken-Spezial-Lehrgang baut eine Brücke zwischen Innovation und Tradition, angewandter Anatomie und lebendiger Philosophie. Wir lernen, den gesamten Rücken zu stärken und ihn gleichzeitig zu entspannen. Zudem werden Anatomie, Spiraldynamik, persönliche Bewegungserfahrung, Kommunikation und Trainerpräsenz gestärkt. Gemeinsam entdecken wir aus der Tradition des indigenen Heilyogas ein neues aber ebenso ursprüngliches Bewusstsein zum eigenen Körpergefühl. 15 LE

INHALTE

- ▶ Philosophie
- ▶ Indigenes Heilyoga
- ▶ Rücken Spezial: Stundenbild
- ▶ Modelleinheiten
- ▶ Kahuna-Atemmethode
- ▶ Anatomie
- ▶ Wirbelsäule & Spiraldynamik
- ▶ Biomechanik
- ▶ Feinkorrektur
- ▶ Wahrnehmung und Entspannung

MODUL 9 – INDIAN BALANCE® FASZIEN SPEZIAL

Die Arbeit mit der Lebensenergie beeinflusst die Faszien durch langsame Bewegungen, den Atem und unserer geistigen Vorstellungskraft. Erfahre in diesem Lehrgang die verschiedenen Zugangswege, um die Faszien zu trainieren, geschmeidig und belastbar zu erhalten. Mit unserem Fasziennetz ist das Bindegewebe unseres Körpers gemeint. Diese körperweite Struktur hält alle unsere Bestandteile an ihrem Platz und ist wie ein dreidimensionales Spinnennetz in unserem Körper verwoben. Um ein gutes ausbalanciertes Zusammenspiel zu erreichen, erlernst Du die Indian Balance®-Faszien-Übungen mit einer speziellen Druck- und Sinktechnik, spiraler Dehnkraft und der indigenen Kahuna-Atemtechnik ganzheitlich anzuwenden. Wer im Alltag schmerzfrei und beweglich bleiben möchte, sollte sein Faszien-system regelmäßig einem aktiven Pflegeprogramm unterziehen. Wie man diese neuen Forschungserkenntnisse mit fließenden Meridian-Dehnungsübungen praktisch umsetzen kann, zeigt dieses neue Indian Balance®-Faszien-Programm. 15 LE

INHALTE

- ▶ Osteopathie als Grundstein
- ▶ Faszien im Energiefluss: Qi und Meridiane
- ▶ Modelleinheit
- ▶ Embodiment
- ▶ Faszien: Hintergründe und Verbindung
- ▶ verschiedene Zugangswege, um Faszien anzusprechen
- ▶ Wirkung auf Körper, Geist und Seele

ZIELGRUPPE

Indian Balance® Instructor/-in, Trainer/Übungsleiter/-in im Bewegungsbereich, Sportfachkraft, Physiotherapeut/-in. Frei buchbar für allgemein Interessierte, z.B. Schmerzpatienten.

ABSCHLUSS

Teilnahmebescheinigungen „Indian Balance® Rücken Spezial“ und „Indian Balance® Faszien Spezial“

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Seminar-Nr.	226255 Modul 8 + 9 complete
	Do, 23.04. (10 Uhr) – So, 26.04.2026 (14:45 Uhr)
Gebühr	Gesamtpreis: MG 549 €, NMG 659 €, reine Seminargebühr

MODUL 10 – 12 – INDIAN BALANCE®

ALLGEMEINE INFORMATION

Diese Module finden im Jahr 2027 wieder statt und werden rechtzeitig bekannt gegeben.



KURSLEITER/-IN ATEMCOACH INFINITY BREATH- WORK (4 TAGE)

„Die Qualität des Atems, bestimmt die Qualität des Lebens!“

Atemarbeit besteht darin, sich seines Atems völlig bewusst zu werden und ihn zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Gesundheit, des emotionalen Gleichgewichts und der Leistungsfähigkeit einzusetzen. Es gibt verschiedene Anwendungen der Atemarbeit und zahlreiche Techniken, die dir ein Werkzeug sein können, um dein volles Potenzial & das deiner Klienten zu einer gesunden, leistungsstarken und glücklichen Version deiner bzw. ihrer Selbst zu entfalten. In unserer Ausbildung zum „Atemcoach – Infinity Breathwork by Indian Balance®“ – zeige ich dir wie es möglich ist, den Atemapparat zu kräftigen, das Nervensystem zu beruhigen, den Energiefluss und das Energieniveau zu harmonisieren und zu verbessern, den Körper zu entgiften, Stress und Spannungen abzubauen, Blockaden zu lösen und das Immunsystem zu stär-

ken. Auch zur Linderung von Symptomen im Zusammenhang mit Long-COVID, COPD und Asthma können bestimmte Atemtechniken eingesetzt werden. Du wirst lernen, die eigene Atmung bewusst wahrzunehmen, sie zu kontrollieren, Körper und Geist damit zu steuern und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Mache diese Selbsterfahrung und lerne dadurch, andere Menschen als Atemcoach auf diesem Weg zu begleiten! 32 LE

INHALTE

- ▶ Einführung in die Welt des Breathwork
- ▶ Anatomie und Physiologie des Atmens
- ▶ Breathwork als spirituelle Praxis erleben
- ▶ Erleben der tägl. Atempraxis (Verbesserung der Atemmuster & Sauerstoffzufuhr)
- ▶ transformatives Atmen (Gesundung auf körperlicher & geistiger Ebene)
- ▶ Atemblockaden lösen (Stress, Fehlhaltungen, Traumata, etc.)
- ▶ Restorative Atemtechniken (COPD, Long Covid u. Asthma)
- ▶ praktische Übungen als Teamarbeit
- ▶ Ablauf und Aufbau einer Übungsstunde
- ▶ Selbsterfahrung & Reflexion

ZIELGRUPPE

Trainer/Übungsleiter/-in, Entspannungstrainer/-in, Atem-, Ergotherapeuten/-in, Heilpraktiker/-in, der/die das Zusatzangebot als Atemcoach – Infinity Breathwork, als eigenständiges Programm durchführen möchte, bzw. Teile des Programms in bestehende Angebote integrieren möchte. Allgemein-Interessierte auf Anfrage.

ABSCHLUSS

Zertifikat zum „Atemcoach – Infinity Breathwork“

Seminar-Nr. 226256 Atemcoach I

Termin Mo, 23.03. (10 Uhr) –
Do, 26.03.2026 (15 Uhr)

Seminar-Nr. 226257 Atemcoach II

Termin Do, 15.10. (10 Uhr) –
So, 18.10.2026 (15 Uhr)

Ort Bad Wörishofen

Leitung Christian de May

Gebühr MG 599 €, NMG 699 €,
reine Seminargebühr



KURSLEITER/-IN WALDCOACH – INDIAN BALANCE®

Als Waldcoach – Indian Balance® erlernst du das Konzept des Indigenen Waldbadens, welches das alte indianische Wissen und die forschungsbasierte Naturtherapie miteinander kombiniert. Des weiteren zeige ich dir, wie du die Heilwirkung des Waldes nutzt, um die Resilienz und das Wohlbefinden von dir Selbst und deinen Teilnehmern zu stärken. Gemeinsam erleben wir indigene Gehmeditationen wie den Earth Walk, sowie Energie- und Balanceübungen auf unebenem Waldboden und deren tiefe Wirkung auf unseren gesamten Körper und die Entschleunigung durch bewusste Atmung und Tiefenentspannung in der geschützten Atmosphäre des Waldes. Ein neues Bewusstsein entdecken - für Körper, Geist und Seele - und den indigenen Spirit spüren, stehen im Zentrum der Ausbildung. Ein Bewusstsein für unseren natürlichen Ursprung, die Natur mit allen Sinnen wahrzunehmen, uns Menschen als Teil der Schöpfung zu sehen - etwas das bei den Naturvölkern nie in Vergessenheit geraten ist. Die Ausbildung zum Waldcoach – Indian Balance® schafft eine Verbindung zwischen dem alten Heilwissen der indigenen Völker und der modernen Bewegungslehre und kombiniert diese mit der Heilkraft des Waldes. Wir nutzen die Indian Balance® Übungen, um in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen

und unsere Sinne zu öffnen. Die Ausbildung zeigt, wie die universell einsetzbaren Techniken effektiv auf unser „Lebensgelände“ angepasst werden. Gleichzeitig bauen wir eine Brücke zwischen Tradition und Innovation, angewandter Anatomie und lebendiger Philosophie. Dazu werden Inhalte wie Kommunikation, sowie persönliche Bewegungserfahrung und die Präsenz des Coaches in der Natur gestärkt. Entdecke ein neues, aber ebenso ursprüngliches Bewusstsein im Einklang zum eigenen Körpergefühl und Mutter Erde.

HINTERGRUND UND TRADITION:

Der Urgroßvater von Christian de May gründete 1912 die erste Schule und Mission für die indigenen Ureinwohner in Chile/Südamerika. Aufgrund seiner Herkunft und Familientradition entwickelte Christian de May das ganzheitliche Programm, welches indigenes und fernöstliches Wissen mit moderner Bewegungslehre vereint. 32 LE

INHALTE

- ▶ Indigene Philosophie
- ▶ Heilkräfte des Waldes und deren Wirkung auf Körper und Geist
- ▶ Top 10 Nature Übungen
- ▶ Gehmeditationen - Earth Walk
- ▶ Native Bewegungslehre
- ▶ Embodiment
- ▶ Organübungen und Atemtechnik

- ▶ Indigene Chakrentechnik
- ▶ Achtsamkeits- u. Wahrnehmungsübungen
- ▶ Ritual der vier Winde
- ▶ Energiefluss durch innere und äußere Haltung
- ▶ Natur-Erlebnis-Pädagogik/indigenes Waldbaden & Shinrin Yoku
- ▶ Körperliche und mentale Strategien

ZIELGRUPPE

Trainer/Übungsleiter/-in, Entspannungstrainer/-in, Physio-, Atem-, Ergotherapeuten/-in, Heilpraktiker/-in, der/die das Zusatzangebot als Waldcoach - Indian Balance® als eigenständiges Programm durchführen möchte, bzw. Teile des Programms in bestehende Angebote integrieren möchte. Allgemein-Interessierte auf Anfrage.

ABSCHLUSS:

Zertifikat zum „Waldcoach - Indian Balance®“

Seminar-Nr. 226258

Ort Bad Wörishofen

Leitung Christian de May

Termin: Do, 09.07. (10 Uhr) –
So, 12.07.2026 (15 Uhr)

Gebühr MG 599 €, NMG 699 €,
reine Seminargebühr



KURSLEITER/-IN SCHMERZCOACH

Schmerzfrei und beweglich –
Hilfe zur Selbsthilfe

Die Anzahl von Menschen mit Schmerzen im Bewegungsapparat ist größer denn je, sowie die dadurch entstehenden Einschränkungen im Alltag. Erfahrungen zeigen, dass Schmerzen für viele Menschen ein alltäglicher Begleiter sind – egal ob es sich hierbei um den gelegentlichen Rückenschmerz oder etwa um chronische Arthroseschmerzen handelt.

Diese sind immer ein Warnsignal des Körpers und lassen sich nur kurieren, wenn die Ursache beseitigt wird. Deshalb haben wir ein spezielles multimodales Übungsprogramm entwickelt, dass durch eine holistische Herangehensweise, den Körper zu seiner natürlichen und schmerzfreien Haltung und Funktionsweise zurückführt. Ziel dieser Ausbildung ist es, durch ganzheitliche Dehn- und Bewegungsübungen als auch restaurative Atem- und Energietechniken, sowie ein achtsames Fühlen und Wahrnehmen unseres Körpers, Schmerzen vorzubeugen, sowie Dysbalancen auszugleichen und eingeschränkte Bewegungsmuster und Schonhaltungen umzuprogrammieren, die sonst zu Fehlfunktionen von Gelenken, Muskeln, Sehnen und Bändern führen.

So lernst du deinen Klienten Schmerzfürfreiheit zu ermöglichen und ihnen Hilfe zur Selbsthilfe an die Hand zu geben – ganz ohne Nebenwirkungen oder den Einsatz von Medikamenten.

INHALTE

- ▶ Physiologie des Schmerzes
- ▶ Faszien- & Meridian Stretching (Zen Meridian Exercises)
- ▶ Elemente aus dem Heilyoga
- ▶ Restaurative Atemtechniken u. Körperübungen
- ▶ Mikropraktiken / Schnellhilfe für den Alltag
- ▶ Umprogrammierung von Schmerz- und Schonhaltungen
- ▶ Ganzkörper-Mobilisation
- ▶ Strukturelle Druckpunktmassage
- ▶ Achtsamkeit & Meditation als Burnout-Prophylaxe
- ▶ Stärkung des eigenen Körpergefühls
- ▶ Energiemanagement

- ▶ Mentale Schmerzbewältigung
- ▶ Tipps zur entzündungsfreien Ernährung & Entgiftung

ZIELGRUPPE

Trainer/Übungsleiter/-in, Entspannungstrainer/-in, Atem-, Ergotherapeuten/-in, Heilpraktiker/-in, der/die das Zusatzangebot als Schmerzcoach als eigenständiges Programm durchführen möchte, bzw. Teile des Programms in bestehende Angebote integrieren möchte. Allgemein-Interessierte auf Anfrage.

ABSCHLUSS

Zertifikat zum Schmerzcoach

Seminar-Nr. 226259

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Termin	Do, 30.04. (10 Uhr) – So, 03.05.2026 (15 Uhr)
Gebühr	MG 599 €, NMG 699 €, reine Seminargebühr



KURSLEITER/-IN STRESS- MANAGEMENT- COACH

Möchtest du Menschen dabei unterstützen, mehr innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Lebensfreude zu finden? Dann ist die 4-tägige Ausbildung zum ganzheitlichen Stressmanagement-Coach genau der richtige Weg, um tiefgreifende, transformative Veränderung zu ermöglichen. Ziel der Ausbildung: In dieser praxisorientierten und holistischen Weiterbildung lernst du, Menschen auf ihrem Weg zu innerer Harmonie und einer gelassenen Lebensführung zu begleiten. Du wirst tief in die Ursachen von Stress eintauchen und ein breites Spektrum an ganzheitlichen Methoden und Techniken erlernen, um sowohl Körper als auch Geist zu entspannen und die Seele zu nähren. Lasse dich von der Welt des Heilyoga und der Kraft der Atemtechniken inspirieren, um nicht nur das Leben deiner Klienten, sondern auch dein eigenes zu transformieren. Werde ganzheitlicher Stressmanagement-Coach und begleite Menschen auf ihrem Weg zu mehr Frieden, Klarheit und innerer Freiheit.

- ▶ Ganzheitliche Ansätze zur nachhaltigen Stressbewältigung: Kombiniere bewährte Techniken aus dem Heilyoga, progressiver Muskelentspannung, Atemübungen und Meditation mit modernen Coaching-Methoden
- ▶ Meditation und Achtsamkeit (Mindfulness): Wie helfen mentale Praktiken, den Geist zu beruhigen und zu zentrieren für innere Ruhe und Klarheit?
- ▶ Resilienz und Selbstfürsorge: Du lernst, wie du nicht nur anderen, sondern auch dir selbst zu mehr innerer Stärke und Ausgeglichenheit verhelfen kannst.
- ▶ Coaching-Kompetenz: Kommunikation, aktives Zuhören, Empathie, Motivation, Zielsetzung
- ▶ Tipps zur praktischen Anwendung

ZIELGRUPPE

Diese Ausbildung richtet sich an Menschen, die mit anderen arbeiten möchten, um ihnen zu einem gesünderen, erfüllteren Leben zu verhelfen – sei es als Coach, Therapeut, Mentor, Berater oder Führungskraft. Auch Menschen, die selbst mehr Harmonie in ihrem Leben erfahren möchten, sind herzlich willkommen.

ABSCHLUSS

Zertifikat zum Stressmanagement-Coach

Seminar-Nr. 226260

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian de May
Termin	Di, 24.11. (10 Uhr) – Fr, 27.11.2026 (15 Uhr)
Gebühr	MG 599 €, NMG 699 €, reine Seminargebühr

INHALTE

- ▶ Die Essenz des Stressmanagements: Was ist Stress, wo liegen die Ursachen und wie wirkt er sich auf Körper und Geist aus?



WEITERBILDUNG INFINITY BREATH- WORK – STÄRKE DEIN IMMUNSYSTEM



ONLINE

Möchtest du dein Immunsystem auf natürliche Weise stärken und mehr Energie für den Alltag gewinnen? Dann ist dieser Tagesworkshop genau das Richtige für dich! In diesem intensiven Tagesworkshop tauchen wir tief in die Praxis des Infinity Breathwork ein – einer kraftvollen Atemtechnik, die Körper und Geist in Einklang bringt. Du lernst, wie du durch bewusste Atmung dein Immunsystem aktiv unterstützen und deine Vitalität steigern kannst.

THEMEN IM DETAIL

- ▶ Einführung in Breathwork: Was ist Breathwork und wie wirkt es auf den Körper?
- ▶ Die Verbindung zwischen Atmung und Immunsystem

- ▶ Praktische Atemtechniken zur Stärkung der Abwehrkräfte
- ▶ Meditationen und Atemübungen zur Stressreduktion und Entspannung
- ▶ Integration von Breathwork in den Alltag für langfristige Gesundheit
- ▶ Warum solltest du teilnehmen?
- ▶ Stärkung deines Immunsystems durch gezielte Atemübungen
- ▶ Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens und der Vitalität
- ▶ Reduktion von Stress und Anspannung
- ▶ Erlerne praktische Atemtechniken, die du jederzeit anwenden kannst

Nutze die Chance, dein Immunsystem zu stärken, deine Regenerationskräfte zu beschleunigen und dein Leben mit mehr Energie und innerer Ruhe zu bereichern. Infinity Breathwork bringt deine Abwehrkräfte auf ein neues Level. Ich freue mich auf dich!

ZIELGRUPPE

Dieser Workshop richtet sich an alle, die ihr Immunsystem stärken, ihre Gesundheit aktiv fördern und sich mit der Kraft der Atmung verbinden möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – der Workshop ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Vorteilhaft ist dieser Workshop auch für Menschen mit Atemwegserkrankungen wie Asthma, COPD oder Long-Covid.

Seminar-Nr. 226261

Ort	Zoom
Leitung	Christian de May
Termin	Sa, 24.01.2026 (10–15 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG INDIAN BALANCE® FOR KIDS

PFAD 1: „LERNE DIE BEWEGTE WELT DER INDIANER KENNEN“

Spielerische Leichtigkeit, Fantasie und Lebendigkeit – das macht diesen Kurs so besonders! In diesem Lehrgang öffnen wir viele Blickwinkel und gehen gemeinsam auf Entdeckungsreise. Durch körperorientierte Selbsterfahrung lernen Kinder, ihre Körpersprache zu beobachten, zu fühlen und innere Ruhe zu finden. Energiereiche Übungen lassen Sie und die Kinder den indianischen Spirit mit allen Sinnen spüren – mit positiver Wirkung auf körperliche, geistige und seelische Balance. Altersgerechte Übungen und Entspannungstechniken werden bildhaft durch indianische Geschichten und Heillaute begleitet und fördern Bewegungsdrang, Aufmerksamkeit und inneres Gleichgewicht. Lehrende können Indian Balance® so auf natürliche Weise vermitteln. Die Kinderbewegungswelt ist fließend, meditativ und verbindet indianisches Wissen über Körperenergien mit moderner Bewegungslehre – getreu der Philosophie: Den Körper bewegen, während die Seele ausruht! Sie erhalten ein umfangreiches Schulungsskript mit praxiserprobten Übungen mit verschiedenen Themen und Schwerpunkten. 15 LE

INHALTE

- ▶ Indigene Übungsrituale
- ▶ Indianische Geschichten und Weisheiten
- ▶ Sinnesübungen mit Heillaute
- ▶ Atem- und Entspannungsübungen

- ▶ Pädagogisches Grundwissen & Grundlagen für den Indian Balance® Unterricht mit Kindern
- ▶ Besonderheiten & Unterschiede im Kinderprogramm gegenüber Erwachsenen
- ▶ Bildhaftes, altersgerechtes Coaching
- ▶ Einzel-, Gruppen- und Partnerübungen

ZIELGRUPPE

Kursleiter/-in aus dem Entspannungs- und Bewegungsbereich, Erzieher/-in, Lehrer/-in. Allgemein Interessierte auf Anfrage.

ABSCHLUSS

Teilnahmebescheinigung „Indian Balance® for Kids – Modul 1“

PFAD 2: DAS ERLEBEN UND FÜHLEN VEREINEN

Im aufbauenden zweiten Teil des Ausbildungspfades für Kinder werden neue Übungselemente erlernt, die den kindlichen nativen Spirit der indianischen Bewegungswelt wieder spiegeln. Das leicht verständliche und altersangemessene Erklären sowie das Rhythmisieren der Übungen stehen im Mittelpunkt, um lebendige Stundenbilder zu erschaffen. Wir vertiefen die Philosophie des Programms und lernen weitere Aspekte daraus kreativ zu nutzen. Die indianischen Geschichten zu den bildgestützten Übungen zeigen viele Möglichkeiten und Herangehensweisen im Kurs. Zur Gestaltung von eigenen Kinder Kursen erarbeiten wir gemeinsam in der Gruppe Übungen und erleben so die wunderbare Vielfalt der indianischen Bewegungswelt. 15 LE

DIE WESENTLICHEN INHALTE

- ▶ Kinder Modellstunde
- ▶ Philosophie
- ▶ Vertiefung und Variation der Übungen
- ▶ Neue aufbauende Indigene Übungsrituale
- ▶ Kreativität, Rhythmisieren der Übungen
- ▶ Grundlagenübungen Haltung und Bewegung, Sprache, Kommunikation
- ▶ Übungspraxis aus Pfad 1 und Pfad 2 mit indianischen Geschichten
- ▶ Einzel, Gruppen- und Partnerübungen für Kinder
- ▶ Lehrprobe
- ▶ Reflexion, Tipps und Hinweise zur Kursgestaltung

VORAUSSETZUNG

Teilnahme an Indian Balance Kids Pfad 1

ABSCHLUSS

Indian Balance® Kids Instructor

Seminar-Nr. 226262 + 226263

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Christian De May

Seminar-Nr. 226262 Pfad 1

Sa, 07.02. (10 Uhr) –
So, 08.02.2026 (14:45 Uhr)

Seminar-Nr. 226263 Pfad 2

Sa, 07.11. (10 Uhr) –
So, 08.11.2026 (14:45 Uhr)

Gebühr	Pfad 1: MG 299 €, NMG 359 €, reine Seminargebühr Pfad 2: MG 299 €, NMG 359 €, reine Seminargebühr
--------	--



LEBENS ORDNUNG &

Unter dem Begriff Lebensordnung ist eine ausgewogene, weitgehend natürliche Lebensgestaltung zu verstehen. Sie berücksichtigt die Einheit von Körper, Geist und Seele und strebt den Einklang mit dem sozialen Umfeld an.

STRESS BÄWALTIGUNG

Lebensordnung bedeutet auch, sich seiner persönlichen und kollektiven Verantwortung für Gesundheit bewusst zu werden. Gesundes Verhalten ist lernbar und bedeutet verantwortungsvolles Umgehen mit den persönlichen und natürlichen Ressourcen.

TRAINER/-IN ENTSPANNUNGSTRAINER/-IN SKA

Entspannung ist als natürlicher Ausgleich zu Stress und Belastung ein wesentlicher Bestandteil einer gesunden Lebensweise, die Glück und Zufriedenheit ermöglicht. Doch die Fähigkeit, sich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen, ist bei vielen Menschen nicht mehr in ausreichendem Maße vorhanden. So besteht im Bereich der Gesundheitsvorsorge ein großer Bedarf an guten Entspannungstrainings und umfassend qualifizierten Entspannungstrainer/-innen. Sie sollten heutzutage Methoden übergreifend die verschiedenen, in ihrer positiven Wirkung wissenschaftlich bestätigten Formen von Entspannung fachkompetent anleiten und zeitgemäß vermitteln können. Eine solche umfassende Kompetenzvermittlung ist Ziel des Ausbildungsgangs „Entspannungstrainer/-in SKA“. Es gehört zum Konzept dieser Ausbildung, sich nicht auf eine einzelne Methode (Progressive Relaxation oder Autogenes Training) zu beschränken und dennoch ein hohes fachliches Niveau durchgehend zu gewährleisten. Die Ausbildung soll in umfassender und wissenschaftlich fundierter Weise dazu befähigen, interdisziplinär und teilnehmergerecht Kurse im Bereich der Gesundheitsvorsorge fachlich kompetent zu leiten. 128 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Die Ausbildung umfasst 8 Ausbildungsseminare à 16 LE.

INHALTE

- ▶ Wissen und Erfahrungen in allen heute relevanten, wissenschaftlich fundierten Formen von Entspannung wie
 - ♦ Achtsamkeits-Übungen meditativer Entspannung
 - ♦ Atem-Entspannungen
 - ♦ Progressive Relaxation nach Jacobson (PR)
 - ♦ Autogenes Training nach Schultz (AT)
 - ♦ Imaginative Entspannungsverfahren
 - ♦ Individuelle Selbsthypnoseformen
- ▶ Medizinisch-psychologisches Basiswissen
- ▶ Didaktisch-methodische Grundkompetenz zur Durchführung von entsprechenden Kursen im Bereich der Gesundheitsvorsorge

AUSBILDUNGSZIELE

Die Ausbildung befähigt zur kompetenten Leitung von Entspannungstrainings-Gruppen, um selbstständig Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchführen zu können. Über das hierfür erforderliche medizinische, psychologische und pädagogisch-didaktische Basiswissen verfügen. Einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anregen.

ZIELGRUPPE

Personen, die in einem psychosozialen, medizinischen oder pädagogischen Beruf ausgebildet oder tätig sind oder im Bereich von Erwachsenenbildung und Gesundheitsvorsorge Kurse leiten und ihre fachlich-inhaltliche Kompetenz auf Entspannung ausdehnen wollen. Für Kursleiter/-in PR oder AT reduziert sich die Ausbildung um das entsprechende Modul.

ZIELE/ABSCHLUSS

Nach erfolgreichem Abschluss (schriftliche Prüfung, Anleitung einer Entspannungsübung) bescheinigt das Zertifikat „Entspannungstrainer/-in SKA“ die fachliche Befähigung zur Leitung von Entspannungstrainings und berechtigt zur selbstständigen Durchführung von Entspannungskursen in der Gesundheitsvorsorge. Das Zertifikat umfasst ausdrücklich auch die Kursleiter/-in Zertifikate PR und AT.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Diplom-Psychologe Karl-Heinz Schäfer
Gebühr	Gesamtpreis: MG 2.089 €, NMG 2.499 €
Pro Seminar:	MG 261,12 €, NMG 311,12 €, reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226301 1. Ausbildungsseminar
Grundlagen Fr, 18.09. – So, 20.09.2026

Seminar-Nr. 226302 2. Ausbildungsseminar
Achtsamkeit Fr, 23.10. – So, 25.10.2026



Seminar-Nr.	226303 3. Ausbildungsseminar
Atem	Fr, 13.11. – So, 15.11.2026
Seminar-Nr.	226304 4. Ausbildungsseminar
Progressive Relaxation	Fr, 04.12. – So, 06.12.2026
Seminar-Nr.	227305 5. Ausbildungsseminar
Autogenes Training	Fr, 15.01. – So, 17.01.2027
Seminar-Nr.	227306 6. Ausbildungsseminar
Imagination	Fr, 05.02. – So, 07.02.2027

Seminar-Nr.	227307 7. Ausbildungsseminar
Selbsthypnose	Fr, 26.02. – So, 28.02.2027
Seminar-Nr.	227308 8. Ausbildungsseminar
Prüfungseminar	Fr, 12.03. – So, 14.03.2027

Beginn jeweils 17 Uhr am Anreisetag - Ende 12 Uhr am Abreisetag

WEITERBILDUNG SPIRITUALITÄT UND GESUNDHEIT

Sebastian Kneipp war als katholischer Pfarrer im christlichen Glauben tief verwurzelt und schöpfte daraus Kraft und Motivation für seine Arbeit und sein Leben. Seine „Lebens- und Seelenordnung“ als notwendiges und grundlegendes Element für Gesundheit basiert auf dieser spirituellen Ausrichtung. Natürlich bedeutet Spiritualität als Quelle für Gesundheit in der heutigen Zeit inhaltlich nicht mehr das Gleiche wie für einen katholischen Pfarrer des

19. Jahrhunderts. Die Notwendigkeit im umfassenden Sinn und als Motivation für Prävention bleibt aber auch für die heutige Zeit gültig. 16 LE

INHALTE

- ▶ Was ist Spiritualität?
- ▶ Heilsame Formen von Spiritualität für die heutige Zeit
- ▶ Die Unterscheidung der Geister: krankmachende Formen von Spiritualität und Religiosität erkennen
- ▶ Einführung und Einübung in Meditation unabhängig vom religiösen Kontext

- ▶ Die eigene individuelle Spiritualität als Resilienzfaktor in Krisen und Entwicklungsprozessen aktivieren und nutzen
- ▶ Spiritualität als Werkzeug der Wertschätzung und Selbstdistanzierung in der Begleitung und Beratung von Menschen

Seminar-Nr. 226307

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Meinhardt
Termin	Fr, 27.03. (17 Uhr) – So, 29.03.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG MEHR GELASSENHEIT IM KITA-ALLTAG

Der Arbeitsalltag in Kindergärten, Kindertagesstätten und anderen pädagogischen Einrichtungen ist geprägt durch viele anspruchsvolle Anforderungen. Neben der Hauptaufgabe, der Betreuung, Förderung und Integration von Kindern unterschiedlicher Altersgruppen und unterschiedlichster Herkunft, müssen Organisation, Dokumentation, Konzepterstellung und Elternarbeit bewältigt werden. Die Fülle der Aufgaben, Lärmbelastung, Personalmangel und geringe Anerkennung lösen Stress und Überforderung aus. Bei all diesen Tätigkeiten trägt das pädagogische Personal ein hohes Maß an Verantwortung. Deshalb ist es wichtig, Stress auslösende

Faktoren zu verringern und die eigenen Widerstandressourcen – sowohl der einzelnen Person wie auch des gesamten Teams – zu stärken, damit Arbeitszufriedenheit und Gesundheit erhalten bleiben. 8 LE

INHALTE

- ▶ Spezielle Belastungsfaktoren und neue Herausforderungen im pädagogischen Alltag: Stressfaktoren erkennen
- ▶ Grundlegende Informationen zum Verständnis von Stress und Burn-out
- ▶ Alltagstaugliche Entspannungsübungen
- ▶ Burn-on statt Burn-out: Stärkung der Widerstandsressourcen
- ▶ in der Persönlichkeit: Anspruch und Wirklichkeit
- ▶ Sinnvoller Umgang mit Ärger und Frustration

- ▶ Zufriedenheit durch Wertebewusstheit
- ▶ Selbstwertstärkung im Team: Wertschätzung und Anerkennung pflegen
- ▶ Kommunikationsstress reduzieren
- ▶ Erziehungspartnerschaft mit den Eltern nutzen in der Einrichtung: Umgebungsgestaltung: weniger ist mehr
- ▶ Lärmreduzierung durch Achtsamkeit

ZIELGRUPPE

Pädagogische Mitarbeiter/-in

Seminar-Nr. 226308

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Meinhardt
Termin	Di, 14.04.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG MIT KLANGSCHALEN DIE INNERE HARMONIE FINDEN

Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen. Ihr Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte und setzt schöpferische Energien frei. Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zu Grunde, die schon vor über 5.000 Jahren in der

indischen Heilkunst Anwendung fanden. In der östlichen Vorstellung ist der Mensch aus Klang entstanden. Ist der Mensch mit sich und seiner Umwelt im „Ein-Klang“, dann ist er auch in der Lage, sein Leben frei, kreativ und bewusst zu gestalten. Wir werden uns an alte Traditionen anlehnen und in Meditationen die wohltuende Wirkung der Klangschalen erleben. Das Finden von Affirmationen und das Festlegen von Leitsätzen mit Hilfe von kinesologischen Übungen sind weitere Schwerpunkte. 16 LE

Seminar-Nr. 226309

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Sa, 20.06. (10 Uhr) – So, 21.06.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG

ENTSPANNEN MIT KLANGSCHALEN IN DER KITA

Kinder lieben Klangschalen. Der Klang erreicht ihre Gefühle und beruhigt den Kopf. Dabei ist es wichtig zu wissen, welche Klangschalen wie eingesetzt werden, damit die Entwicklungsmöglichkeiten der Kinder gefördert werden können. Dieses Seminar bietet Anregungen zur Arbeit mit Klangschalen in der Kita, aber auch die Möglichkeit, Klang einmal am eigenen Körper zu erleben. Klangschalen lassen sich vielseitig einsetzen, z.B. während einer Entspannungseinheit nach

dem gemeinsamen Mittagessen, um Erholung und Verdauung zu unterstützen. Während der Gruppenstunden kann der Klang Hilfestellung geben, um Kinder zu beruhigen, um eine Gemeinschaft zu bilden, um achtsam zu sein – oder auch nur, um einmal Ruhe genießen zu lernen. 8 LE

INHALTE

- ▶ Einführung in die Klangschalenarbeit für Kinder
- ▶ Schwingungen hören, fühlen und fließen lassen
- ▶ Texte zum Entspannen, Kindermeditation
- ▶ Übungen mit Klangschalen für Kinder

Seminar-Nr. 226310

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Mo, 22.06.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

ZEIT LEBEN STATT MANAGEN

Vom klugen Umgang mit einem kostbaren Gut

NEU

In unserer Industrie- und Leistungsgesellschaft haben wir den Fokus der Aufmerksamkeit verschoben: Die Außenwelt mit ihren vielen Reizen, Informationen und Anforderungen steht an erster Stelle und beeinflusst unser Zeiterleben in Richtung Verdichtung, Beschleunigung und die Angst, Wichtiges oder Schönes zu verpassen. Dabei stoßen wir persönlich, gesellschaftlich und wirtschaftlich mehr und mehr an unsere Grenzen und unsere Gesundheit leidet. Zeitkrankheiten wie Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen und Tinnitus steigen rasant an. Um körperlich und seelisch gesund zu bleiben, gilt es, eine Zeitkompetenz zu entwickeln, die die qualitativen Aspekte der Zeit

wieder in den Mittelpunkt stellt. Eine Zeitkultur, die uns davon befreit, dass wir „Leben“ immer wieder auf später verschieben müssen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Was ist Zeit? Sprachliche und philosophische Betrachtungen
- ▶ Lebensordnung und Zeit: Rhythmus statt Takt (Chronobiologische Grundlagen)
- ▶ Objektive Zeitmessung und subjektives Zeiterleben
- ▶ Sinnvoller Umgang mit Vergangenheit und Zukunft als Ressource zur Stressprävention
- ▶ Selbstwahrnehmung statt Zeitmanagement
- ▶ Erfüllte Zeit statt gefüllter Zeit: Werteverwirklichung und Sinnaufgaben in den unterschiedlichen Lebensphasen
- ▶ Praktische Übungen und Rituale zum Entspannen und Bewusstwerden

Seminar-Nr. 226311

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Meinhardt
Termin	Fr, 10.07. (17 Uhr) – So, 12.07.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

**AUF INS GLÜCK –
WAS UNS WIRKLICH
GLÜCKLICH MACHT**

Ein Glückskurs mal anders!

Was steckt hinter den Begriffen Glück und Wohlbefinden? Was ist individuelles Glück? Wie bekomme ich Mut, Ausdauer und Stärke? Diese Fragen nach dem Glück beschäftigten bereits Epikur, Seneca und noch viele andere Menschen. Bis heute ist Glück so wichtig für das Leben. Welchen Sinn hat es, was ich tue? Welche Wege gehe ich, und wie erkenne ich, was mich glücklich macht? Das Leben ist nicht still. Es unterliegt einem stetigen Wandel der Herausforderungen: Lebensbedingungen und Lebenskonzepte ändern sich, Wertevorstellungen werden hinterfragt. In diesem Seminar soll das Interesse geweckt werden, neue Wege zu gehen. Sie entdecken Möglichkeiten, die Zufriedenheit und das Wohlbefinden zu erhöhen. Sie erhalten Tipps und Umsetzungsideen für Umfragen, Kurse, Workshops und bekommen methodisch-didaktische neue Ideen und deren praktische Umsetzung an die Hand. Wir werden uns mit dem Thema Glück auf verschiedenen Ebenen auseinandersetzen und genauer betrachten, wie Glück und Gesundheit geteilt werden können. 16 LE

lungen werden hinterfragt. In diesem Seminar soll das Interesse geweckt werden, neue Wege zu gehen. Sie entdecken Möglichkeiten, die Zufriedenheit und das Wohlbefinden zu erhöhen. Sie erhalten Tipps und Umsetzungsideen für Umfragen, Kurse, Workshops und bekommen methodisch-didaktische neue Ideen und deren praktische Umsetzung an die Hand. Wir werden uns mit dem Thema Glück auf verschiedenen Ebenen auseinandersetzen und genauer betrachten, wie Glück und Gesundheit geteilt werden können. 16 LE

INHALTE

- ▶ Einblicke in die Glücksforschung
- ▶ Positive Psychologie
- ▶ Natur- und Achtsamkeitstraining
- ▶ Wertvolle Kommunikation

- ▶ Stressmanagement
- ▶ Tipps und Ideen für Glücksumfragen und Glückskurse
- ▶ Eigene Glückskurse / Glückswshops planen und durchführen

Seminar-Nr. 226312

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Antje Martin
Termin	Fr, 17.07. (17 Uhr) – So, 19.07.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG GELINGENDE ELTERNARBEIT – LASSEN SIE UNS DARÜBER REDEN



Eine Erzieherin berichtet

Eine gelingende Elternarbeit ist von entscheidender Bedeutung für das Wohlergehen von Kindern und Jugendlichen. Durch eine offene und kooperative Kommunikation zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften können wichtige Informationen ausgetauscht, evtl. entstehende Ängste und Sorgen gemindert

sowie gemeinsame Ziele definiert werden. Eine positive Zusammenarbeit zwischen Elternhaus und Schule oder Kindertagesstätte unterstützt die Entwicklung der Kinder ganzheitlich und stärkt ihr Wohlbefinden – also ganz im Sinne nach Sebastian Kneipp und seiner ganzheitlichen Lehre. Doch wie funktioniert das im stressigen Kita-Alltag? Lassen Sie uns darüber reden und gemeinsam Ideen für eine entspannte und wertvolle Umsetzung im beruflichen Alltag finden. Sie erhalten viele Anregungen, die sich in der Praxis bewährt haben. 8 LE

Seminar-Nr.	226313
Ort	Zoom
Referentin	Antje Martin
Termin	Teil I: Di, 15.09.2026 Teil II: Mi, 16.09.2026 (jeweils 15 – 18 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG RESILIENZ FÜR KINDER

NEU

Das Thema Resilienz gewinnt einen immer größeren Stellenwert im pädagogischen Alltag, denn gerade in Zeiten der Unsicherheit und der gesellschaftlichen Herausforderungen brauchen Kinder Unterstützung darin, sich innerlich stark zu fühlen sowie seelisch und emotional Widerstandsfähigkeit zu entwickeln. Auch in den Bildungsplänen der Bundesländer wird Resilienz als Basiskompetenz für Kinder angesehen, die gefördert werden soll. In dieser Weiterbildung geht es darum, wie und wodurch die gesunde Entwicklung der Kinder gestärkt wird, damit sie Schwierigkeiten und herausfordernde Situationen meistern können.

nen. Außerdem ist – angesichts drohender Überforderung – die Resilienz des pädagogischen Personals ein wichtiges Thema. 8 LE

INHALTE

- ▶ Was ist Resilienz? Grundlagen zum Verständnis
- ▶ Schutz- und Risikofaktoren für die kindliche Entwicklung
- ▶ Gesunder Umgang mit Emotionen (Übungen zur Affektregulierung, Stressabbau und innerer Stabilisierung)
- ▶ Resilienz erleben
- ▶ Resilienzstärkung für die pädagogischen Fachkräfte selbst

ZIELGRUPPE:

Pädagogische Fachkräfte

Seminar-Nr.	226314
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Meinhardt
Termin	Di, 20.10.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG RESILIENZ – DAS GEHEIMNIS INNERER WIDERSTANDSKRAFT

Warum werden manche Menschen besser mit Belastungen fertig als andere und finden nach Krisen wieder schneller zur ursprünglichen Lebenskraft zurück? Weil sie über die Fähigkeit verfügen, in schwierigen Situationen ihre seelische Widerstandskraft zu aktivieren, die sie wieder ins Gleichgewicht bringt. Dieses seelische Immunsystem ist in jedem Menschen angelegt und kann geweckt und gefördert werden. 16 LE

INHALTE

- ▶ Grundlagen zum Thema Resilienz: die 7 Säulen innerer Stärke
- ▶ Gezielte Übungen zur Verbesserung der inneren Widerstandskraft
- ▶ Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung des Selbstvertrauens
- ▶ Wahrnehmung und Verwirklichung von Werten als Quelle persönlicher Zufriedenheit
- ▶ Blitzentspannung und Selbstakzeptanz
- ▶ Förderung der Lebensbalance durch einfache Körperübungen
- ▶ Verabschiedung destruktiver Denkmuster

- ▶ Sinnvolle Bewältigung von Stress auslösenden Situationen

Seminar-Nr.	226315
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Meinhardt
Termin	Fr, 20.11. (17 Uhr) – So, 22.11.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG ENTSPANNUNG UND INTUITION

Intuition – das Handeln nach Gefühl – begegnet uns täglich, wird jedoch unterschiedlich bewertet: Für die einen ist sie unzuverlässig, für die anderen der wahre Weg zu guten Entscheidungen. Im Seminar wird ein klares Verständnis von Intuition entwickelt und ge-

zeigt, wie sie sich von Spontanentscheidungen oder Gefühlsreaktionen unterscheidet. Zudem werden die Verbindungen zwischen Intuition und Entspannung beleuchtet. 16 LE

ZIELGRUPPE

Entspannungstrainer/-in SKA, Entspannungspädagoge/-in SKA, Kursleiter/-in, Autogenes Training, Kursleiter/-in Progressive Relaxation und Interessierte.

Seminar-Nr. 226316

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Diplom-Psychologe Karl-Heinz Schäfer
Termin	Fr, 11.12. (17 Uhr) – So, 13.12.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG ENTSPANNTE AUGEN SEHEN BESSER – GANZHEITLICHES SEHTRAINING

Digitale Geräte führen zunehmend zu einseitiger Augenbelastung mit Folgen wie Fehlsichtigkeit oder brennenden Augen. Im Seminar werden praxisnahe Methoden zur Augenentspannung und zum Sehtraining vermittelt – leicht im Alltag umsetzbar. Ergän-

zend unterstützen Kneipp-Anwendungen, Akupressur und Ernährungstipps die Gesunderhaltung der Augen. 16 LE

INHALTE:

- ▶ Einführung, Anatomie des Sehapparats
- ▶ Übungen zu Entspannung, Beweglichkeit, Farbsehen und Sehfelderweiterung
- ▶ Rasterbrille, Lichtbaden, Augen-Klopfmassage
- ▶ Akupressur, Augenbäder nach Kneipp, Ernährungstipps

Seminar-Nr. 226320

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Christl Schlag
Termin	Fr, 01.05. (17 Uhr) – So, 03.05.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

GEDÄCHTNIS TRAINING



WEITERBILDUNG GANZHEITLICHES GEDÄCHTNIS TRAINING FÜR SENIOREN

Diese Weiterbildung richtet sich an alle Gedächtnistrainer/-innen, die bereits mit Senioren/-innen arbeiten oder sich diese Zielgruppe neu erschließen möchten. Sie lernen acht Stundenkonzepte kennen, die für ein ganzheitliches Gedächtnistraining (GGT) mit ungeübten und geübten Teilnehmenden geeignet sind. Dabei sind die Übungen so konzipiert, dass diese zwar den gleichen Inhalt haben, jedoch methodisch im Schwierigkeitsgrad variieren und somit den Ansprüchen ungeübter und geübter Teilnehmenden innerhalb einer Kursstunde gerecht werden.

Die Stundenkonzepte beinhalten unterschiedliche Trainingsziele des GGT, die sich in der Gruppe vor Ort oder in der Seniorenarbeit im Heim leicht und effektiv umsetzen lassen. Sie umfassen sowohl Themenstunden als auch „offene“ Stunden. Bewegungs- und Koordinationsübungen sowie einfache Entspannungsübungen aus dem Qigong ergänzen das Programm. 16 LE

INHALTE

- ▶ Mündliche Übungen zum Einstieg oder für zwischendurch
- ▶ Stundenkonzepte für ungeübte und geübte Senioren/-innen mit Differenzierung von leicht bis schwer
- ▶ Übungen, die als Spiel konzipiert sind
- ▶ Bewegungs- und Koordinationsübungen

- ▶ Entspannungsübungen aus dem Qigong
- ▶ Kollegiale Beratung und Erfahrungsaustausch

ZIELGRUPPE

Kursleiter/-in für Ganzheitliches Gedächtnistraining zur Lizenzverlängerung, ehren- und hauptamtliche Tätige in der Seniorenarbeit (wie Alltagsbegleiter/-in, Betreuungsassistent/-in).

Seminar-Nr. 226317

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Sabine Kelkel
Termin	Sa, 25.04. (10 Uhr) – So, 26.04.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG DENK-PFAD®

Bei Bewegung ist die Hirnleistung besonders aktiv. Was liegt näher, als Bewegung in der Natur anzubieten, diese ganz intensiv zu erleben, Körper und Geist zu stärken und in der Gruppe eine gute Zeit mit Gleichgesinnten zu verbringen. Das Programm dieser Weiterbildung bietet ein erprobtes Konzept unterschiedlicher Übungen des Gedächtnistrainings, die das Gehirn ganzheitlich fordern. Koordinationsübungen und andere Bewegungseinheiten werden ebenso ausprobiert wie einfache Entspannungsübungen aus dem Qi-Gong. Gedächtnistraining und Bewegung miteinander

kombiniert, führen zu einem schnellen und nachhaltigen Erfolg der geistigen Leistungsfähigkeit. Durch die Aktivierung beider Gehirnhälften können Informationen schneller verarbeitet und die Denkflexibilität gesteigert werden. 16 LE

INHALTE

- ▶ Wie wirkt sich Bewegung auf das Gehirn aus?
- ▶ Gedächtnistrainingsübungen während des Gehens
- ▶ Praktische Beispiele für die Gehpausen
- ▶ Denk- und Bewegungsspiele
- ▶ Entspannungsübungen aus dem Qi-Gong

ZIELGRUPPE

Kursleiter/-in für Ganzheitliches Gedächtnistraining zur Lizenzverlängerung, ehren- und hauptamtliche Tätige in der Seniorenarbeit (wie Alltagsbegleiter/-in, Betreuungsassistent/-in).

Seminar-Nr. 226318

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Sabine Kelkel
Termin	Sa, 01.08. (10 Uhr) – So, 02.08.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GANZHEITLICHES GEDÄCHTNISSTRAINING OHNE STIFT UND PAPIER 2.0

Viele Gedächtnistrainer/-innen stehen vor der Herausforderung, sehr unterschiedliche Teilnehmende in einer Gruppe zu betreuen. Dazu gehören Menschen ohne Vorerfahrung, die erste Schritte im Gedächtnistraining machen, ebenso wie bereits Geübte oder Teilnehmende mit beginnender Demenz. Dabei der geistigen Aktivierung aller Teilnehmer gerecht zu werden, ist nicht immer einfach und der Einsatz von schriftlichen Übungen kann einzelne Teilnehmende, statt zu fordern, schnell überfordern. Dieses Seminar bietet abwechslungs-

reiche Übungen zu den unterschiedlichen Trainingszielen des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings ohne Stift und Papier mit neuen Inhalten für unterschiedliche Zielgruppen an. 16 LE

INHALTE

- ▶ Wie passe ich Gedächtnistrainingsübungen den unterschiedlichen Zielgruppen an?
- ▶ Geeignete Übungen sowie Spiele ohne Stift und Papier zu verschiedenen Trainingszielen für die Arbeit in Gedächtnistrainingsgruppen
- ▶ Einbeziehen der Sinne im Ganzheitlichen Gedächtnistraining
- ▶ Bewegungsübungen und -spiele für Koordination, Konzentration

und Geschicklichkeit

- ▶ Ideen- und Erfahrungsaustausch

ZIELGRUPPE

Kursleiter/-in für Gedächtnistraining zur Lizenzverlängerung, ehren- und hauptamtlich Tätige in der Seniorenarbeit (wie Alltagsbegleiter/-in, Betreuungsassistent/-in).

Seminar-Nr. 226319

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Sabine Kelkel
Termin	Sa, 24.10. (10 Uhr) – So, 25.10.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WAS PASSIERT, WENN ICH MEINE ANMELDUNG ZURÜCKZIEHE?

Eine kostenlose Stornierung ist innerhalb von 14 Tagen nach der Kursanmeldung möglich. Bei einem Rücktritt nach Ablauf dieser Frist, aber mindestens 21 Tage vor Kursbeginn, fällt eine Bearbeitungspauschale von 30 Euro an.

Erfolgt der Rücktritt später als drei Wochen vor Seminarbeginn, werden **40 % der Seminargebühr** fällig.

Bei einem Rücktritt innerhalb der letzten sieben Tage vor Kursbeginn sind es **60 %**. Weitere Informationen finden Sie in den Lehrgangsbedingungen auf den Seiten 98/99.

WIR EMPFEHLEN DAHER EINE SEMINAR-RÜCKTRITTVERSICHERUNG!

Individuelle Lösungen wie Gutschrift oder eine Verschiebung werden von unserem Team gerne für Sie geprüft.





MÄRCHEN-

ERZÄHLKUNST

KURSLEITER/-IN MÄRCHENERZÄHLER/-IN SKA

Sie wollen selbst erzählen, Herzen berühren, kreativ mit Sprache, Gestik und Mimik spielen? Sie wollen sich selbst im Spiegel des Märchens entdecken und Märchen zum Leben erwecken? Dann sind Sie hier richtig! Ob im Beruf, als nebenberufliche Aktivität, als Kleinkünstler oder einfach als inspirierendes Hobby für sich selbst: Märchen lassen sich überall einbringen und öffnen Herzen. Sie zaubern Farbe in das eigene Leben und das Leben der anderen. In dieser Ausbildung bestehend aus fünf aufeinander aufbauenden Seminaren und einem Prüfungsseminar, machen wir uns Schritt für Schritt auf den Weg zum/r Märchenerzähler/-in. Die einzelnen Ausbildungsseminare beinhalten eine gute Mischung aus Hintergrundwissen, Erzähltechnik und Auftrittserfahrung. Durch Üben erlangen Sie die Sicherheit, um alles Erlernte auch wirklich umsetzen zu können. Im Mittelpunkt der Arbeit stehen in der Regel die Volksmärchen der unterschiedlichen Völker. Jede/r, die/der Freude am Märchen hat, kann erzählen, deshalb sind keine besonderen Vorkenntnisse oder Begabungen nötig. 160 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Drei Ausbildungsseminare à 40 LE, ein Vorbereitungsseminar und ein Prüfungsseminar (à 20 LE)

INHALTE

- ▶ Texte lernen und Märchen behalten – aber wie?
- ▶ Den Lebensweisheiten der Märchen auf der Spur – Deutung und tiefenpsychologischer Hintergrund der Märchen. Wo stehe ich in meinem Lebensmärchen?
- ▶ Wirkung von Sprache und Gesten beim Märchenerzählen – den eigenen Erzählstil finden
- ▶ Kreatives Gestalten zum Märchen – Spielen mit Farbe, Märchenwolle, Gedichten, Liedern, Sprüchen ...
- ▶ Phantasiereisen, Meditation
- ▶ Erzählen für Kinder und Erwachsene – unterschiedliche Erzählstile – unterschiedliche Gestaltung der Erzählkunst
- ▶ Teilnahme an zwei öffentlichen Auftritten der Dozentin: 1 x in der Grundschule, 1 x ein Abend für Erwachsene

- ▶ Kennenlernen einfacher Musik- und Klanginstrumente zur Untermalung
- ▶ Auseinandersetzen mit dem Thema Werbung: Preise, Gestaltung von Flyern, Künstlernamen

ZIELGRUPPE

Die Ausbildung richtet sich an alle, die Freude an Märchen haben, aktiv die Geheimnisse der Märchen ergründen und den bunten Facetten der eigenen Persönlichkeit Raum geben wollen.

VORAUSSETZUNG

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

ABSCHLUSS

Die Ausbildung schließt mit einer gemeinsamen, von den Teilnehmern/-innen geplanten und nun praktisch durchgeführten Aufführung ab. Je nach Wunsch in einer Grundschulklasse oder bei einem Märchennachmittag für Erwachsene. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz zum/r „Märchenerzähler/-in SKA“.

Seminar-Nr.	226330 1. Ausbildungsseminar (AS) – Grundlagen
	Mi, 11.03. – So, 15.03.2026
Seminar-Nr.	226331 2. AS – Erzählen für Kinder
	Mi, 24.06. – So, 28.06.2026
Seminar-Nr.	226332 3. AS – Erzählen für Erwachsene
	Mi, 21.10. – So, 25.10.2026
Seminar-Nr.	227333 4. AS – Prüfungsvorbereitung
	Fr, 29.01. – So, 31.01.2027
Seminar-Nr.	227334 5. AS – Prüfungsseminar
	Do, 08.04. – Sa, 10.04.2027

Beginn jeweils 15 Uhr am Anreisetag – Ende 13 Uhr am Abreisetag

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Simone Wanzek-Weber
Gebühr	Gesamtpreis: MG 1.699 €, NMG 1.950 €
Pro Seminar:	MG 339,80 €, NMG 390 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG MÄRCHEN ERZÄHLEN – ERLEBEN – DEUTEN

Dieses Seminar lädt ein, die tiefen Weisheiten des Märchens zu erleben und das freie Erzählen zu üben. Der Einsatz in der Arbeit mit Kindern, bei Festen und Feiern für Erwachsene, in der Altenpflege oder auch für sich selbst und Freunden, bietet ein breites Feld. Mithilfe der meditativen Bild-Lernmethode finden wir den Weg zu unserem eigenen Erzählstil, das Märchen beginnt durch uns für den Zuhörer Gestalt anzunehmen. Was verbirgt sich hinter den Märchenbildern? Wie können Mär-

chen meinen Alltag und Beruf bereichern? Wie und in welcher Form können die Märchen in der Pädagogik lebendig eingesetzt werden? Warum brauchen Kinder Märchen? Was hat es mit dem Bösen im Märchen auf sich? Wie erzähle ich für welches Alter, für welche Zielgruppe? Solche und viele andere Fragen, werden durch praktische Beispiele lebendig erörtert. Märchenwolle, Filz, Sprüche und kleine Spiele sorgen dafür, dass die Teilnehmer/-innen vom Seminar neben dem erlernten Märchen, auch gleich für sich oder die Kinder einige Überraschungen mit in die Arbeit oder nach Hause nehmen können. 8 LE

Seminar-Nr.	226335
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Simone Wanzek-Weber
Termin	Sa, 07.02.2026 (9 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG ERZÄHLKUNST VOM FEINSTEN – STIMME UND AUSDRUCK SPIELERISCH VERFEINERN

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die Erzählerfahrung haben. Besonders angesprochen sind diejenigen, die bereits die Ausbildung zum/r Märchenerzähler/-in abgeschlossen, am Seminar Märchen – erzählen – erleben – deuten, teilgenommen haben oder anderweitig erzählerisch tätig sind. Wir verinnerlichen mit unterschiedlichen Methoden den Märchentext / Inhalt, fertigen kleine Erzähl-

Requisiten zu diesem Märchen an, deuten einige Symbole, um aus einem tieferen Bezug zu dem Märchen ausdrucksstärker ins Erzählen zu kommen. Die sehr unterschiedlichen Charaktere der Märchengestalten bieten ein breites Übungs- und Experimentierfeld, um sich im Zusammenspiel von Stimme, Körpersprache und Mimik erzähltechnisch zu steigern. Kleine Märchen-Entspannungsübungen, Singen und Tanzen zwischendurch, machen den Kopf für die Erzählarbeit frei. 20 LE

ZIELGRUPPE

Märchenerzähler/-in oder Interessierte mit Erfahrung im Märchenerzählen

Seminar-Nr.	226336
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Simone Wanzek-Weber
Termin	Sa, 11.04. (10 Uhr) – So, 12.04.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 259 €, NMG 305 € + 15 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG MÄRCHEN-TISCH-THEATER

Tücher, Moos, Steine, Wurzeln, ... ein einfacher Tisch mit einem Tuch darüber und schon ist die Kulisse für die kleinen Figuren entstanden, die wir in dieser Weiterbildung aus Filz und Märchenwolle gestalten. Der Vorhang hebt sich und es heißt: „Es war einmal...“ So werden Märchen, biblische Geschichten, Bilderbücher, Gedichte oder Lieder lebendig. Das Puppenspiel spricht immer direkt zur Seele des Kindes. Es erleichtert den Kindern das Zuhören, es harmonisiert und fördert besonders die Sprachentwicklung, bereichert

das Freispiel und die Gestaltung von Festen im Kindergarten. 9 LE

INHALTE

- ▶ Bau einer Märchenfigur aus Filz und Wolle
- ▶ Gestalten einfacher Bühnenlandschaften mit Tüchern/Wurzeln/Steinen
- ▶ Kleine Märchenkunde
- ▶ Puppenführung erlernen
- ▶ Pädagogische Tipps und Tricks für unterschiedliche Altersgruppen

ZIELGRUPPE

Erzieher/-in, Lehrer/-in, Märchenerzähler/-in
SKA

Seminar-Nr.	226337
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Simone Wanzek-Weber
Termin	Di, 05.05.2026 (9 – 17 Uhr)
Gebühr	MG 135 €, NMG 159 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr



INSTAGRAM: @sebastian_kneipp_akademie_de





BEWEGUNG & SPORT

Sebastian Kneipp hielt wenig von Hektik und Stress. Er empfahl vielmehr maßvolle Bewegung. Das bedeutet Ausgleichssport, also Sportarten, die Spaß machen und den Kreislauf auf Trab bringen.

Das ideale Wechselspiel zwischen Leistung und Ausruhen stärkt Körper, Geist und Seele. Alle körpereigenen Systeme finden ihre Balance und machen den Menschen belastbarer und gleichzeitig erholter.

ÜBUNGSLEITER/-IN ÜBUNGSLEITER/-IN BREITENSORT PROFIL ERWACHSENE/ÄLTERE

Erwerb der DOSB-Übungsleiter-C-Lizenz –
Schwerpunkt „Wirbelsäulengymnastik“



Übungsleiter/-innen für vielfältige Sport- und Bewegungsgruppen werden immer stark nachgefragt. Gerade der Schwerpunkt „Wirbelsäulengymnastik“ ist in Vereinen, die Gesundheitssport anbieten, interessant, da Rückenprobleme und Rückenschmerzen sehr weit verbreitet sind. Gezieltes Training zur Schmerzlinderung und Prävention können hier wertvolle Hilfe leisten. In dieser Ausbildung erwerben Sie die Übungsleiter C-Lizenz (1. Lizenzstufe) des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB), die als Grundlage zur Durchführung von Bewegungskursen in Vereinen befähigt. 120 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Zwei Präsenzmodule à 60 LE

INHALTE

- ▶ Grundlagen der Sportmedizin
- ▶ Grundlagen der Trainings- und Bewegungslehre
- ▶ Grundlagen der Didaktik und Methodik
 - ◆ Aufbau einer Übungsstunde
 - ◆ Musikeinsatz in der Gymnastik
- ▶ Wirbelsäulengymnastik mit und ohne Gerät
- ▶ Rückenschule mit Körper- und Haltungsschulung
- ▶ Atem- und Entspannungstechniken
- ▶ Bewegungs- und Kommunikationsspiele
- ▶ Tänze und Tanzspiele
- ▶ Übungslehrproben und Unterrichtsanalysen
- ▶ Einführung in die Kneipp-Lehre in Theorie und Praxis

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung zur kompetenten Leitung von Bewegungsgruppen, um selbstständig Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchführen zu können. Über das hierfür erforderliche medizinische und pädagogisch-didaktische Basiswissen verfügen. Einzelne Personen zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil anregen.

ABSCHLUSS

Die Ausbildung schließt mit einer mündlichen Prüfung sowie einer schriftlich ausgearbeiteten und praktisch durchgeführten Lehrprobe ab. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Übungsleiter/-in Breitensport Profil Erwachsene/Ältere“, die Sie berechtigen, selbstständig Gymnastikgruppen zu leiten.

VORAUSSETZUNG

Nachweis einer Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung

BAD WÖRISHOFEN

Seminar-Nr. 226402/1 1. Ausbildungsseminar Bad Wörishofen

Sa, 28.02. (10 Uhr) – Fr, 06.03.2026 (17 Uhr)

226402/2 2. Ausbildungsseminar Bad Wörishofen

Sa, 13.06. (10 Uhr) – Fr, 19.06.2026 (17 Uhr)

Referentin Katrin Niekerke

Gebühr Gesamtpreis: MG 590 €, NMG 690 €, reine Seminargebühr

BODENWERDER

Seminar-Nr. 226403/1 1. Ausbildungsseminar digital (ZOOM)

Sa, 28.02 (10 Uhr) – Di, 03.03.2026 (15:45 Uhr)

226403/2 2. Ausbildungsseminar Präsenz Bodenwerder

Fr. 06.03. (14 Uhr) – So, 08.03.2026 (17 Uhr)

226403/3 3. Ausbildungsseminar Präsenz Bodenwerder

Fr. 13.03. (14 Uhr) – So, 15.03.2026 (17 Uhr)

226403/4 4. Ausbildungsseminar digital (ZOOM)

Sa, 13.06.2026 (10 – 15:30 Uhr) und
Mo, 15.06.2026 (9:30 – 12 Uhr) und
Mi, 17.06.2026 (9 – 11 Uhr)

226403/5 5. Ausbildungsseminar Präsenz Bodenwerder

Fr. 19.06. (14 Uhr) – So, 21.06.2026 (17 Uhr)

226403/6 6. Ausbildungsseminar Präsenz Bodenwerder

Fr. 26.06. (15 Uhr) – So. 28.06.2026 (17 Uhr)

Referentinnen Katrin Niekerke, Kim Thom,
Ulrike Ehlers von der Heide

Gebühr Gesamtpreis: MG 540 €, NMG 640 €, reine Seminargebühr



ÜBUNGSLEITER/-IN ERLEBNIS-WANDERLEITER/-IN SKA

Natur – Gesundheit – Kultur

Galt es früher als völlig ausreichend, Teilnehmer/-innen von geführten Wanderungen vor allem sicher durch die Landschaft zu führen, so wünschen sie sich heutzutage einen echten Mehrwert von ihrer Entscheidung sich einem „Profi“ anzuschließen. Als Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA können Sie Ihren Teilnehmern/-innen die besuchte Region in möglichst vielfältigen Facetten nahebringen. Ob Kultur, Geschichte, Fauna & Flora, oder auch gesundheitliche Aspekte – durch die lebendige Vermittlung von unterschiedlichsten Informationen machen Sie die gemeinsame Unternehmung für Ihre Teilnehmer/-innen zu einem ganzheitlichen Erlebnis. 52 LE

AUFBAU/ZEITUMFANG

Zwei Ausbildungsmodule (à 26 LE), jeweils an einem Wochenende von Freitag bis Sonntag; insgesamt 52 Lerneinheiten

INHALTE

- ▶ Grundfertigkeiten des Wanderleiters wie Führungslehre, Tourenplanung, Orientierung und
- ▶ Kartenkunde, Digitale Medien für Planung und Orientierung, Rechts- und Versicherungsfragen, etc.
- ▶ Einführung in die Natur- und Kulturkunde, Basiswissen Ökologie,
- ▶ Grundzüge von Fauna und Flora, Möglichkeiten der Informationsbeschaffung
- ▶ Gesundheitslehre wie gesundheitliche Aspekte und Wirkebenen des Wanderns, Kontraindikationen,
- ▶ Präventionsgedanken, allgemeine Trainingslehre und Grundlagen des Herz-Kreislauftrainings,
- ▶ Koordination, aktive Füße, Erleben mit allen Sinnen, Achtsamkeit, Ernährungslehre

AUSBILDUNGSZIEL

Fachliche Befähigung zur Konzeption, Planung und kompetenten Leitung von erlebnisorientierten Wanderungen.

ABSCHLUSS

Die Ausbildung beinhaltet eine praktische Lehrprobe im zweiten Lehrmodul mit Abgabe einer ausgearbeiteten Musterwanderung und schließt mit einer schriftlichen Prüfung ab.

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Zertifikat und die Lizenz „Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA“, die Sie berechtigen, selbstständig erlebnisorientierte Wanderungen mit Gruppen zu leiten.

VORAUSSETZUNGEN

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung. Gute körperliche Grundkonstitution mit praktischer Bewegungserfahrung. Im Rahmen der praktischen Ausbildung werden wir Lehrwanderungen mit bis zu 4 Stunden reiner Gehzeit und 200 m Höhenunterschied unternehmen.

Seminar-Nr. 226404/1

Modul I Fr, 12.06. (13:30 Uhr) – So, 14.06.2026 (15 Uhr)

Seminar-Nr. 226404/2

Modul II Fr, 17.07. (13:30 Uhr) – So, 19.07.2026 (15 Uhr)

Ort Bad Wörishofen

Referent Christian Gindhart

Gebühr MG 749 €, NMG 899 €, reine Seminargebühr

KURSLEITER/-IN TANZLEITER/-IN FÜR TANZEN IM SITZEN

Basislehrgang und Aufbaukurs I

In Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST)

Tanzen im Sitzen ist eine eigenständige Tanzform, die speziell auf die körperlichen, psychischen und sozialen Gegebenheiten älterer Menschen abgestimmt ist. Sie bietet die Möglichkeit, auch jene Menschen mit Körper, Geist und Seele zu aktivieren, die in ihren körperlichen und geistigen Fähigkeiten eingeschränkt sind. Kreislauf, Beweglichkeit, Konzentrations-, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit werden gefördert und Sturzprophylaxe spielerisch geübt. Schwungvolle Musik, gemeinsamer Spaß und Lachen wirken in einer Gruppe verbindend.

ZIELGRUPPE

Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen in Senioren- und Pflegeeinrichtungen, die für die soziale Betreuung der Bewohner zuständig sind. Betreuer/-innen für Menschen mit Behinderungen, Leiter/-innen von Seniorengruppen

AUSBILDUNGSZIELE

Fachliche Befähigung zur kompetenten Leitung einer Gruppe für Tanzen im Sitzen. Der Umgang mit unterschiedlichen Zielgruppen wird erlernt.

BAUSTEIN 1 / BASISLEHRGANG

ZEITUMFANG

Der Basislehrgang (16 Lerneinheiten) ist der 1. Baustein einer 3-stufigen Ausbildung zum/zur Seniorentanzleiter/-in des Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST e. V.), der ohne weitere Verpflichtung besucht werden kann. Wer die Ausbildung bis zur/ zum Tanzleiter/-in mit Zertifikat besuchen möchte, kann anschließend Baustein 2 und 3 besuchen, die ebenfalls je 16 Lerneinheiten umfassen.

INHALTE BAUSTEIN 1

- ▶ Musik und Bewegung im Sitzen bei älteren Menschen
- ▶ Erlernen exemplarischer Tänze im Sitzen
- ▶ Methodische und didaktische Grundlagen der Tanzvermittlung

BAUSTEIN 2 / AUFBAULEHRGANG

ZEITUMFANG / VORAUSSETZUNGEN

Der Aufbaulehrgang I (16 Lerneinheiten) ist der 2. Baustein der 3-stufigen Ausbildung zum/zur Seniorentanzleiter/-in des Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST e. V.) Voraussetzung hierzu ist die Teilnahme am Baustein 1, die Mitgliedschaft im BVST und der Nachweis über die erforderliche Praxis (mind. 12 LE).

INHALTE BAUSTEIN 2

- ▶ Weitere exemplarische Tänze im Sitzen
- ▶ Vertiefung der Didaktik und Methodik
- ▶ Prozesse des Alterns
- ▶ Erstellung von Stundenbildern
- ▶ Tanzansagen der Teilnehmer/-innen

BAUSTEIN 3 / AUFBAULEHRGANG II

ZEITUMFANG / VORAUSSETZUNGEN

Baustein 3 ist der letzte Abschnitt der dreistufigen Ausbildung zur Tanzleiterin/ zum Tanzleiter für Tanzen im Sitzen und schließt mit dem Zertifikat ab. Er umfasst auch 16 LE (Lerneinheiten). Voraussetzungen sind die Teilnahme am Baustein 2 und die Mitgliedschaft im BVST e. V.



INHALTE BAUSTEIN 3

- ▶ Weitere exemplarische Tänze im Sitzen
- ▶ Vertiefung der Didaktik und Methodik
- ▶ Psychosoziale Veränderungen im Alter
- ▶ Erstellung eines Stundenbildes
- ▶ Tanzansagen der Teilnehmer/-innen

Seminar-Nr. 225405 Baustein 1

Ort Bad Wörishofen
Referentin Dagmar Stadelmeyer (BVST e.V.)
Termin Sa, 08.11.(10:30 Uhr) - So, 09.11.2025 (17 Uhr)
Gebühr MG 209 €, NMG 239 €, zzgl. 71,90 € Lehrgangsmaterial (CD, Broschüre, Unterrichtsmaterial)
reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226400 Baustein 2

Ort Bad Wörishofen
Referentin Dagmar Stadelmeyer (BVST e.V.)
Termin Sa, 18.04.(10:30 Uhr) - So, 19.04.2026 (17 Uhr)
Gebühr MG 209 €, NMG 239 €, zzgl. 71,90 € Lehrgangsmaterial (CD, Broschüre, Unterrichtsmaterial)
reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226401 Baustein 3

Ort Bad Wörishofen
Referentin Dagmar Stadelmeyer (BVST e.V.)
Termin Sa, 04.07.(10:30 Uhr) - So, 05.07.2026 (17 Uhr)
Gebühr MG 209 €, NMG 239 €, zzgl. 90 €. Lehrgangsmaterial (CD, Broschüre, Unterrichtsmaterial)
reine Seminargebühr

INFO

Nachfolgend ausgeschriebene Weiterbildungen im Bereich „Bewegung und Sport“ können zur Lizenzverlängerung belegt werden für:

- ▶ Übungsleiter/-in Breitensport
- ▶ Übungsleiter/-in Sport in der Prävention

Weitere Zielgruppen sind andere Bewegungsfachkräfte, Physiotherapeut/-in, Fitness-Trainer/-in, Bewegungs-pädagoge/-in. Spezielle Zielgruppen werden ggf. bei den einzelnen Seminaren zusätzlich genannt.

Spezielle Zielgruppen werden ggf. bei den einzelnen Seminaren zusätzlich genannt.



Hotel Cebulj
Am Kneippdenkmal

Kneipp-Vital-Hotel Cebulj
Erholung. Gesundheit. Wohlbefinden.

- ☼ Ambulante Kuren & Kneipp-Anwendungen
- ☼ Massagen & Entspannung
- ☼ Gesundheitsurlaub im Herzen von Bad Wörishofen
- ☼ Persönliche Betreuung & Wohlfühl-Atmosphäre

**IDEAL FÜR TEILNEHMER*INNEN
DER SEBASTIAN-KNEIPP-AKADEMIE –**
Ihr Rückzugsort zum Lernen, Entspannen
und Regenerieren.

Kneipp-Vital-Hotel Cebulj
Denkmalplatz 2-3 · 86825 Bad Wörishofen
Telefon: 08247 3904 0 · E-Mail: info@hotel-cebulj.de
www.hotel-cebulj.de



eichwald
APOTHEKE

APOTHEKER STEPHAN ZERRLE
GÄRTNERWEG 1A · 86825 BAD WÖRISHOFEN
TELEFON: 08247 5956
WWW.EICHWALD-APOTHEKE.COM



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG

MOVE IT – KNEIPP MACHT FIT

SKA-Bewegungskongress zur Weiterbildung für Kursleiter/-innen
28.03. – 29.03.2026 IN BAD WÖRISHOFEN

In einem bunten Programm bieten wir vielfältige Workshops zur Weiterbildung für Kursleiter/-innen aus dem Bereich Bewegung an. Sie lernen neue Ideen für sich und Ihre Kurse kennen – MOVE IT! Lizenzverlängerung möglich für Übungsleiter/-in Breitensport und Sport in der Prävention, Kursleiter/-in Nordic Walking SKA, Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA, Pilates-Trainer/-in SKA, Gesundheitspädagoge/-in SKA mit Schwerpunkt „Haltung und Bewegung“.

HINWEISE ZUR ANMELDUNG:

Sie können die gesamte Veranstaltung (zwei Tage, 16 LE) oder einen Tag (je 8 LE, Samstag ODER Sonntag) buchen. Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie ein Formular zur Auswahl der Workshops, das Sie uns bitte ausgefüllt zurücksenden. Die Einteilung zu den Workshops wird in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Bitte geben Sie pro Zeiteinheit einen Ersatz-Workshop an. Die Teilnehmerzahl der Workshops ist begrenzt. Die SKA behält sich vor, Workshops mit zu geringer Anmeldezahl abzusagen. Die Unterlagen zur Veranstaltung mit Ihrem persönlichen Zeitplan erhalten Sie mit der Einladung zum Seminar (ca. drei Wochen vor Seminarbeginn).

Seminar-Nr. 226405 Gesamtveranstaltung

Sa, 28.03. (9 Uhr) –
So, 29.03.2026 (17:30 Uhr)

Gebühr: MG 229 €, NMG 259 €,
reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226406 Tag 1

Sa, 28.03.2026 (9 – 18:00 Uhr)

Gebühr: MG 119 €, NMG 139 €,
reine Seminargebühr

Seminar-Nr. 226407 Tag 2

So, 29.03.2026 (9 – 17.30 Uhr)

Gebühr: MG 119 €, NMG 139 €,
reine Seminargebühr

Ort Bad Wörishofen

Leitung Referententeam SKA

Samstag, 28.03.2026

9.00 – 9.30 Uhr Begrüßung (SKA) Move it – Warm-Up

9:45 – 11:15 Uhr	Workshop 1	Workshop 2	Workshop 3
11:45 – 13:15 Uhr	Workshop 4	Workshop 5	Workshop 6
14:30 – 16:00 Uhr	Workshop 7	Workshop 8	Workshop 9
16:30 – 18:00 Uhr	Workshop 10	Workshop 11	Workshop 12

Sonntag, 29.03.2026

9:00 – 10:30 Uhr	Workshop 13	Workshop 14	Workshop 15
11:00 – 12:30 Uhr	Workshop 16	Workshop 17	Workshop 18
14:00 – 15:30 Uhr	Workshop 19	Workshop 20	Workshop 21
16:00 – 17:30 Uhr	Workshop 22	Workshop 23	Workshop 24

Die Räumlichkeiten sind u.a. von der Teilnehmerzahl pro Workshop abhängig und werden daher erst mit der Einladung zum Seminar bekannt gegeben. Alle Räumlichkeiten befinden sich in unmittelbarer Nähe und sind fußläufig in max. 5 Minuten zu erreichen. Mit dabei: Outdoor-Workshops!

WORKSHOP-BESCHREIBUNGEN

WORKSHOP 01: HORMON YOGA MIT KATRIN NIEKERKE

Ob Klimateriumsbeschwerden, Schilddrüsenunterfunktion oder zur Osteoporose-Prävention, mit regelmäßig betriebenen Hormon-Yoga kannst Du Deine Eierstöcke/Prostata, Nebennieren, Schilddrüse sowie die Hypophyse anregen und somit deiner Gesundheit etwas Gutes tun. Ausschnitte aus diesem Konzept möchte ich mit Euch in diesem Workshop teilen.

WORKSHOP 02: BRUSTKORB UND ATMEN MIT CHRISTIANE MILLER

Ein beweglicher Brustkorb und eine mobile Wirbelsäule fördern freie Atmung. Wir üben Wahrnehmen, Bewegen und Loslassen.

WORKSHOP 03: LASS DICH NICHT GEHEN, GEHE SELBST! POTENZIALE DES GEHENS BEIM GESUNDEN KÖRPERMANAGEMENT MIT

DR. PETRA MOMMERT-JAUCH

In diesem interaktiven Vortrag, der das Thema „Gesundheit“ in den Mittelpunkt stellt, erklärt die Referentin nicht nur auf einfache und verständliche Art wie das Gehen auf den Rücken, das Herz und die Psyche wirkt und auch für die Vorsorge von Krebserkrankungen eingesetzt wird, sondern gibt auch kleine praktische Tipps zum Gehen, die man sofort schnell und unkompliziert in die Praxis umsetzen kann.



WORKSHOP 04: FIT IN KOPF UND KÖRPER MIT KATRIN NIEKERKE

Fit sein für unsere Leistungsgesellschaft, das ist ein großes Ziel in der heutigen Zeit. Dabei dennoch entspannt bleiben, das ist das Ziel dieses Workshops. Bewegungstraining in Kombination mit Gedächtnisübungen schafft eine gute Basis ausgeglichen den Alltag erleben zu können; vor allem wenn es mit Aufmerksamkeit geschieht.

WORKSHOP 05: BAUCHTANZ FÜR ANFÄNGER ODER WIEDEREINSTEIGER MIT CHRISTIANE MILLER

Mit einfachen und klar definierten Grundbewegungen mit Focus auf eine gesunde Körperhaltung erleben wir nicht nur ein neues Körpergefühl, sondern auch Spaß und gute Laune

WORKSHOP 06: DER NACKEN – GESUND UND SCHMERZFREI MIT DR. PETRA MOMMERT-JAUCH

Die Nacken-Problematik nimmt unter den „Rückenleiden“ einen immer höheren Stellenwert ein. Wie es dazu kommt, welche Strategien man dagegen entwickeln kann und welche Übungsmöglichkeiten es gibt, bekommt man in diesem Vortrag, gekürt mit praktischen Übungen, vermittelt. Dr. Petra Mommert-Jauch zeigt einen körperwahrnehmungsorientierten Zugang zur Schmerzvermeidung und -bewältigung im Bereich Nacken auf. Dabei hat sie ein Lernprogramm entwickelt, von dem sie in diesem Workshop einen Auszug aus der Informations- und darauf aufbauend der Sensibilitäts- und Programmierphase vorstellen wird.

WORKSHOP 07: SHAKE IT! WIRBELSÄULENGYMNASTIK MIT SCHWUNGSTAB MIT KATRIN NIEKERKE

Das Wort SCHWUNG-STAB ist Programm: In diesem Workshop bringen wir Mobilität und Stabilität in Einklang; zwei Komponenten, die in der Wirbelsäulengymnastik unerlässlich sind. Wir nutzen den Schwungstab als Trainingsmittel, um die autonome Rückenmuskulatur zu aktivieren und als Hilfsmittel, um die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu verbessern. Nutze die Zeit, Dich mal wieder selbst zu spüren oder dich für deine eigenen Stunden inspirieren zu lassen.

WORKSHOP 08: MOVINGFLOW MIT CHRISTIANE MILLER

Fließende und schwingende Bewegungen aus der stabilen, aber mobilen Körpermitte für lockere Schultern, einen freien, beweglichen Rücken und eine stabile Beinachse. Es ist Tanz, Rückenschule und / oder Entspannung – ganz wie Sie es sehen wollen.

WORKSHOP 09: PRO BALANCE – EIN WIRKSAMES KONZEPT ZUR VERMEIDUNG VON STÜRZEN MIT DR. PETRA MOMMERT-JAUCH

Stürze bedrohen die Selbstständigkeit älterer Menschen (65+). Durch Sturz bedingte Verletzungen beeinträchtigen die Mobilität, die soziale Teilhabe und reduzieren die Lebensqualität. In diesem aktiven Vortrag werden nicht nur die Risikofaktoren für das Stürzen erklärt, sondern auch aktiv Übungen zur Gangqualität, zur Balance und zur Muskelkraft angeboten, um das Risiko zu stürzen, zu minimieren. Durch gezielte Übungen, die sehr gut in den Alltag eingebaut werden können, kann effektiv etwas für die körperliche und geistige Fitness getan werden.

WORKSHOP 10: FIT BALL – EINE RUNDE SACHE! MIT KATRIN NIEKERKE

Der Fitball im Gesundheitssport motiviert, fordert heraus und macht einfach Spaß. In dieser Masterclass kannst Du Dich im funktionstypischen Training durch Beweglichkeits- und Stabilisierungsübungen mit dem großen Ball ausprobieren und Dir Inspirationen für Deine eigenen Kurse holen.

WORKSHOP 11: QIGONG - 16 GESUNDHEITSÜBUNGEN MIT CHRISTA HERBST

ist ein Übungssystem aus der traditionellen chinesischen Medizin zur Gesunderhaltung des Menschen. Die „innere“ Haltung ist gelassen, entspannt und freundlich sich selbst gegenüber und mit einem „inneren Lächeln“ verbunden. Es sind einfache Meridian - Dehnübungen im Stehen, Sitzen und Gehen. Der Workshop ist für Anfänger geeignet.

WORKSHOP 12: EMBODIMENT – KÖRPER TRIFFT PSYCHE MIT DR. PETRA MOMMERT-JAUCH

In diesem kurzweiligen Vortrag mit praktischem Anteil erleben Sie, wie der Körper auf die Psyche wirken kann. Die Referentin versteht es, neueste neurobiologische und psychologische Erkenntnisse zum Zusammenhang von Körper und Psyche auf kurzweilige Art und Weise zu vermitteln, um letztlich diese Erkenntnisse in praktische Tipps münden zu lassen.

WORKSHOP 13: „KLEIN ABER OHO!“ MIT CHRISTIAN GINDHART

Mobilisation, Stabilisation, Koordination - in diesem Workshop lernt Ihr den Redondo Ball mini und seine vielfältigen Einsatzmöglichkeiten im Gesundheits- und Fitnesssport kennen.

WORKSHOP 14: ALLES IN TROCKENEN TÜCHERN MIT HEIKE KIRSCHNEK

Von Aufwärm- zu Kraft- und Koordinations-

übungen weiter zu einer kleinen Choreographie und Mobilisation. Ob als Widerstand oder Helfer, das Handtuch im Funktionstraining ist eine Herausforderung.

WORKSHOP 15: MYOFASZIALE VERBINDUNGEN IM PILATES - BECKENBODEN TRAINING MIT SABRINA FITSCH

Die Tiefe Frontallinie „Myofaszialer Kernbereich & Zentrum“ ist der Bereich, der den Körper vom Kopf bis zu den Zehen dynamisch stabilisiert. Wir nehmen einen Blick auf die Tiefe Frontallinie und werden diese mit dem Pilates und Beckenboden Training verbinden.

WORKSHOP 16: NORDIC WALKING FÜR DEN RÜCKEN MIT CHRISTIAN GINDHART

Nordic Walking eignet sich wie kaum eine andere Ausdauersportart, um neben Stoffwechsel und Herz-Kreislaufsystem auch den Rücken „fit“ zu machen. In diesem Workshop erfahrt Ihr, wie Nordic Walking durch eine individuell angepasste Lauftechnik sowie eine gezielte Auswahl ergänzender Dehn- und Kräftigungsübungen zu einem idealen Programm gegen Rückenproblemen wird.

WORKSHOP 17: FUNKTIONSTRaining MIT DEM THERABAND MIT HEIKE KIRSCHNEK

Übungen, Durchführungshilfen und allgemeines Training mit dem bekannten Fitness-Band. Der Trainingseffekt beruht auf dem progressiven Widerstand. Mit der Ausdehnung des Therabandes steigt auch die Kraft, welche der Trainierende dafür aufbieten muss. Durch die unterschiedlich einsetzbare Länge bieten sich verschiedenste Trainingsvariationen.

WORKSHOP 18: DER BECKENBODEN – MÄNNLICHER VS. WEIBLICHER BECKENBODEN MIT SABRINA FITSCH

Auch wenn im Aufbau und der Funktion des Beckenbodens bei Männern und Frauen viele Gemeinsamkeiten auftreten, gibt es dennoch anatomische und funktionelle Unterschiede, die in der Praxisanleitung berücksichtigt werden sollten.

WORKSHOP 19: FUNKTIONELLES ZIRKELTRAINING MIT CHRISTIAN GINDHART

Zirkeltraining bedeutet, durch eine Aneinanderreihung abwechslungsreicher Übungsformen innerhalb kurzer Zeit einen maximalen Trainingserfolg zu erzielen. In diesem Workshop probieren wir aus, wie durch die gezielte Auswahl funktioneller Übungen neben Kraft und Kondition insbesondere auch die koordinativen Fähigkeiten verbessert werden können.



WORKSHOP 20: MAORI-FIT MIT HEIKE KIRSCHNEK

Abgeleitet aus dem Trainingsprogramm „Aroha“ von Bernhard Jakszt (www.aroha-academy.de) verschmelzen hier Elemente des Haka Kriegstanzes der neuseeländischen Maori mit weichen fließenden Bewegungen des Thai Chi und Kampfbewegungen des Kung Fu zu einem intensiven Kraft-Ausdauer-Training. Die tolle Trommelbetonte Musik im ¾ Takt spornt dabei noch an. Übrigens ist dies einmal eine Variante, die auch Männern Spaß macht!

WORKSHOP 21: DER BECKENBODEN UND SEINE LASTEN MIT SABRINA FITSCH
Die Belastungen, typischen Beschwerdebilder und Trainingsansätze variieren je nach Geschlecht. Ziel ist es, beide Perspektiven differenziert zu betrachten und gezielt zu fördern.

Belastungen wie einen zu schwachen oder starken Beckenboden, oder ob Organische Senkungen und Schwächen, oder Krankheitsbilder vorliegen. Wir widmen uns ein paar dieser Themen und besprechen, wie das richtige Training hierfür aussehen kann.

WORKSHOP 22: NORDIC WALKING MIT ALLEN SINNEN MIT CHRISTIAN GINDHART

Den eigenen Körper bewusst wahrnehmen, statt ihm nur ein Leistungspensum abzufordern. Die unmittelbare Umgebung intensiv erleben, statt die Natur nur als Trainingsarena zu sehen. In diesem Workshop werden wir gemeinsam herausfinden, dass Nordic Walking weitaus mehr sein kann als ein rein körperliches Aktivprogramm, denn durch mehr Aufmerksamkeit können wir die positiven Auswirkungen unserer Sportart deutlich erweitern.

WORKSHOP 23: STRETCH & RELAX MIT HEIKE KIRSCHNEK

Durch gezielte Dehnung zu mehr Entspannung, durch mehr Entspannung zur mehr Dehnungsfähigkeit.

WORKSHOP 24: NEUROTRAINING – TESTS UND NERVENDEHNUNG MIT SABRINA FITSCH

Bewegung beginnt im Kopf – doch wie genau entsteht sie, und welche Systeme sind daran beteiligt? In dieser praxisnahen Einheit widmen wir uns dem Zusammenspiel von Gehirn, visuellem, vestibulärem und propriozeptivem System. Mit gezielten Tests, Nervendehnungen und theoretischem Hintergrundwissen erkunden wir die neuronalen Grundlagen von Bewegung und deren Steuerung.

WEITERBILDUNG BEWEGT UND ENTSPANNT IM U3- BEREICH



Das Seminar richtet sich an alle Pädagogen und Pädagoginnen, die im U3-Bereich arbeiten. Im Seminar erarbeiten wir gemeinsam praktische Beispiele, wie wir den Krippenalltag vor allem bewegt und kneipp-gesund gestalten können.

Neben Ideen zur Bewegungsförderung und Tipps zur Heranführung an Wasseranwendungen werden wir auch Anregungen zur Gestaltung des Tagesablaufes besprechen. Ein moderierter Erfahrungsaustausch, Bearbeitung von individuellen Fragen, gemeinsame Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie Lernspiele gestalten die Seminartage aktiv und abwechslungsreich. 8 LE

Seminar-Nr.	226408
Ort	Zoom
Referentin	Dr. Franziska Dathe
Termin	Mo, 19.01.2026 (15:30 – 18:30 Uhr) und Do, 22.01.2026 (15:30 – 18:30 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG FREI DURCH ATMEN



In diesem Workshop geht es um Achtsamkeit und Entspannung mit Hilfe der Atmung. Raus aus dem Alltag, Kraft sammeln. Ich lade Sie ein, diverse Übungsprogramme und Achtsamkeitsübungen zu erleben. Diese können Sie bei Bedarf im Alltag anwenden, um sich zu aktivieren oder auch zur Ruhe zu kommen. Außerdem bekommen Sie Ideen, wie Sie als Trainer/-in ihren Teilnehmern Möglichkeiten aufzeigen können, den Atem sinnvoll einzusetzen um dem Dystress (dem negativen Stress) weniger Angriffsfläche zu bieten. 8LE

Seminar-Nr.	226409
Ort	Zoom
Referentin	Katrin Niekerke
Termin	Fr, 23.01.(16 – 19 Uhr) – Sa, 24.01.2026 (9 – 12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG €119 €, reine Seminargebühr



INSTAGRAM: @sebastian_kneipp_akademie_de



WEITERBILDUNG BEWEGUNG IST DAS TOR ZUR SPRACHE



Bewegende Sprachförderung mit dem Kneipp-Konzept

In diesem Seminar reaktivieren wir unser Wissen zum Spracherwerb und den Bausteinen der kindlichen Sprachentwicklung. Die Aspekte Wortschatz, Zuhören, Verstehen, Sprechfreude, Rhythmik und Artikulation können mit pädagogischen Impulsen auf Basis des Kneipp-Konzepts gut gefördert werden. Vor allem die Bewegungs- und Entspannungssäule liefern hier viele Ansätze. Ich lade Sie ein im Rahmen von fachlichen Kurzvorträgen,

Kleingruppenarbeit, Bewegungsspielen, Entspannungsübungen selbst zu erleben und auszuprobieren, wie wir die Symbiose zwischen Gesundheitsförderung und Sprachförderung nutzen können. 4 LE

INHALTE

- ▶ Bewegungsimpulse zur Sprachförderung,
- ▶ Praxisideen zur bewegungsaktiven Tagesgestaltung
- ▶ Lieder, Reime
- ▶ Bewegungsspiele und -übungen für Krippe, Kita und Hort

ZIELGRUPPE

Pädagoge/-in, Übungsleiter/-in, offen für Interessierte

Seminar-Nr. 226418

Ort	Zoom
Referentin	Dr. Franziska Dathe
Termin	MI, 28.01.2026 (15:30 – 18:30 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG 65 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG EINFÜHRUNG IN DIE FELDENKRAIS- METHODE – BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG

NEU

Die Feldenkrais-Methode ist ein körperorientierter Lernansatz, der durch achtsame Bewegungen das Körperbewusstsein fördert, Haltung verbessert und Bewegungsabläufe effizienter gestaltet. In dieser praxisorientierten Einführung lernen Übungsleitende die Grundlagen der Methode kennen und erhalten Impulse, wie sie Elemente daraus in ihre eigenen Kurse integrieren können – zur Förderung von Beweglichkeit, Koordination und Körperwahrnehmung.

Moshe Feldenkrais (1904–1984) war Physiker, Ingenieur und Judolehrer. Auf der Suche nach Wegen zur Heilung seiner eigenen Knieverletzung entwickelte er eine Methode, die auf der Verbindung von Bewegung, Wahrnehmung und Lernen basiert. Seine Arbeit beeinflusst bis heute Pädagogik, Rehabilitation und Training. 16 LE

INHALTE

- ▶ Kennenlernen der Prinzipien und Wirkweisen der Feldenkrais-Methode
- ▶ Eigene Bewegungserfahrung vertiefen
- ▶ Anregungen für die Anwendung in der eigenen Übungsleitertätigkeit erhalten

Seminar-Nr. 226419

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Kerstin Mages
Termin	Sa, 31.01. (10 Uhr) – So, 01.02.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GESUNDHEITSSPORT VON KOPF BIS FUSS

Der Risikofaktor Bewegungsmangel, steht bei gesundheitlichen Problemen ganz weit oben. Daher bekommen Sie in dieser Weiterbildung für sich und ihre Teilnehmer/-innen Impulse in Kopf und Körper mobil zu bleiben. Bei dem vielfältigen Übungsprogrammen aus unterschiedlichen Trainingsmethoden steht die Gesundheit im Vordergrund, ebenso wie ein fröhliches Miteinander! Für besondere Mobilität wird der Redondoball plus an diesem Wochenende neben anderen Trainings- und Hilfsmitteln aus dem Alltag sorgen. 16 LE

Seminar-Nr. 226412

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Katrin Niekerke
Termin	Sa, 07.02. (10 Uhr) – So, 08.02.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG € 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG

AQUA-MEDICAL- TRAINING DURCH AQUA-JOGGING IN DER REHABILITATION UND ALS ALLROUNDTRAINING

Aqua-Jogging ist eine seit Jahren erprobt effektive Maßnahme in der Rehabilitation und im Sport, bei welcher in Flach- und Tiefwasser, unterstützt durch eine Auftriebshilfe (Gürtel oder Weste), Jogging-ähnliche Bewegungen mit und ohne Widerstand ausgeführt werden. Viele wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass speziell Aqua-Jogging auf den Körper besondere Reize ausübt. Im Vergleich zum Joggen an Land bietet das „Wasserlaufen“ auch Menschen mit Übergewicht oder Gelenkproblemen eine echte Alternative: Dabei werden nicht nur Herz-Kreislauf und Stoffwechsel durchaus profitabel trainiert, sondern auch Rücken-, Knie- und Hüftgelenkbeschwerden auf sanfte und trotzdem effektive Art und Wei-

se reduziert oder sogar komplett therapiert. In der Rehabilitation eignet sich dieses Training hervorragend bei rheumatischen Erkrankungen, in der prä- und postoperativen Phase bei Erkrankungen des Bewegungsapparats sowie als Ausdauer- und leichtes Krafttraining bei internistischen Erkrankungen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Die sportwissenschaftlichen und medizinischen Vorteile des Aquatrainings bei verschiedenen Beschwerdebildern und die Techniken des Aqua-Joggens
- ▶ Praktischer Einstieg in die Besonderheiten des Bewegungstrainings im Wasser und in die Aqua-Jogging-Techniken
- ▶ Das 10-stündige ISR-Aquakonzept
- ▶ Das Training der motorischen Fähigkeiten im Wasser - Ausdauer-Kraft-Beweglichkeit-Koordination/Propriozeption-Stabilisation
- ▶ Methodisch-didaktische Gesichtspunkte und organisatorische Maßnahmen beim

Aquatrainings

- ▶ Neurofitness im Aqua-Training
- ▶ Die Kompetenzen eines „guten“ Kursleiters
- ▶ Aqua-Medical-Training bei verschiedenen Beschwerdebildern

Auf Anfrage können entsprechend der Vorkualifikation zusätzlich zur Teilnahmebescheinigung der SKA gegen eine Bearbeitungsgebühr von 40 Euro, ein Zertifikat der ISR Gesundheitsakademie, ausgegeben werden. Damit besteht die Möglichkeit ZPP-anerkannte, Krankenkassen geförderte Kurse anzubieten.

Seminar-Nr. 226413

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Dr. Petra Mommert-Jauch
Termin	Mi, 18.02. (10 Uhr) – Do, 19.02.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 299 €, NMG 359 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

SENIORENSPORT ABWECHSLUNGSREICH GESTALTEN MIT NEUROKINETIK®



Die motivierenden, herausfordernden und komplexen (Bewegungs-) Übungen fördern die körperliche Leistungs-, als auch u.a. die Konzentrations-, Aufnahme-, Merk- und Reaktionsfähigkeit durch die Aus- und Neu-

bildung neuronaler Netzwerke (Neuroplastizität) im Gehirn. Die ganzheitlichen Reaktions-, Rhythmischen -, bilateralen- und/oder Überkreuzbewegungen sind gut ins Training integrierbar und trainieren sowohl die motorischen Kompetenzen als auch das Sinnessystem. Zudem stärken statische- und dynamische Gleichgewichts- und Kräftigungsübungen im Sitzen und Stehen die Tiefen-/ Haltemuskulatur und dienen der Sturzprophylaxe. 8LE

Seminar-Nr. 226414

Ort	Zoom
Referentin	Stefanie Lenk
Termin	Sa, 28.02.2026 (9 – 12:15 Uhr und 13 – 16:15 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG € 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

BECKENBODENTRAINING IN THEORIE UND PRAXIS

„Weil die Kraft von innen kommt“

Der Beckenboden spielt eine zentrale Rolle für Haltung, Atmung, Stabilität und Kontinenz. Diese Fortbildung vermittelt grundlegende anatomische und funktionelle Kenntnisse für den weiblichen und auch den männlichen Beckenboden, sowie praxisorientierte Methoden zur Wahrnehmung, Kräftigung und Entspannung der Beckenbodenmuskulatur. Wir stellen auch die Unterschiede in der männlichen und weiblichen Struktur

ZIEL DER FORTBILDUNG

Die Teilnehmer/-innen erhalten ein fundiertes Verständnis der Beckenbodenfunktion und erlernen Übungen, die sowohl im Einzel- als auch

im Gruppensetting anwendbar sind. Der Fokus liegt auf einem ganzheitlichen Ansatz zur Integration des Beckenbodens in Bewegung, Alltag und Sport. 16 LE

INHALTE

- ▶ Anatomie und Funktion des Beckenbodens
- ▶ Wechselwirkungen mit Atmung, Haltung und Rumpfstabilität
- ▶ Wahrnehmungsschulung und Aktivierung
- ▶ Entspannungs- und Kräftigungsübungen
- ▶ Beckenbodentraining in verschiedenen Ausgangsstellungen
- ▶ Praktische Übungseinheiten und Transfer in die eigene berufliche Praxis

Seminar-Nr. 226415

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Sabrina Fitsch
Termin	Sa, 28.02. (10 Uhr) – So, 01.03.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG ONLINE MIT KNEIPP- IDEEN FIT FÜR DIE (VOR)SCHULE



Vor- und Grundschulpädagogen/-innen bzw. Erzieher/-innen sind herzlich zu dem Seminar eingeladen, treten in Erfahrungsaustausch und sammeln neue Impulse für Ihre Kneipp-Arbeit. Die erhalten Ideen, wie wir mit Kneipp die Kinder geistig, seelisch und körperlich für die Grundschule stärken können. Das Bewegungs-ABC, der „Schlaues-Köpfchen-Drink“, die Wackelzahlen, die entspannende Reise ins Buchstabenland und den Wach-Mach-Kneippi probieren wir gemeinsam aus. 8 LE

Seminar-Nr. 226416

Ort	Zoom
Referentin	Dr. Franziska Dathe
Termin	Mo, 02.03.2026 (15:30 – 18:30 Uhr) und Do, 05.03.2026 (15:30 – 18:30 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG PRO BALANCE – EIN KONZEPT ZUR STURZPROPHYLAXE

In Kooperation mit der Gesundheitsakademie des Instituts für Sport- und Rehabilitation (ISR)

Ein Sturz bricht nicht nur die Knochen, er bricht auch das Selbstvertrauen. Das Thema „Sturzprophylaxe“ ist hochaktuell und eine Kernfrage für die Gesundheit, besonders der älteren Menschen. Ab dem 65. Lebensjahr stürzt jede/r Dritte einmal pro Jahr. Bei rund 50 % ist die Folge ein Knochenbruch, vor allem in den oberen Extremitäten. Mit einem Bewegungstraining, bestehend aus Kraft-, Gleichgewichts- und speziellen Gehirnübungen können Stürze verhindert werden. Das Seminar richtet sich sowohl an Bewegungsfachkräfte, die in Gruppen arbeiten als auch an Pflegekräfte aus Kliniken, ambulanter und stationärer Altenpflege und anderen Arbeits-

gebieten, sowie an pflegende Familienangehörige. Die Übungen werden innerhalb des Seminars an die jeweilige Zielgruppe angepasst. 16 LE

INHALTE

- ▶ Ursachen und Risikofaktoren für Stürze unter den Blickpunkten Motorik und Medizin
- ▶ Demonstration, Erläuterung und je nach Teilnehmerorientierung Individualisierung des Pro-Balance-Konzepts und der 12 Stundenbilder
- ▶ Propriozeption, Koordination und Kraft in der Sturzprophylaxe
- ▶ Forschungsstand zum Thema „Gehirn und Bewegung unter den Gesichtspunkten Sturz und Demenz. Was wissen wir?“
- ▶ Der mental-motorische Fitness-Parcours
- ▶ Die Gehschule (körperwahrnehmungsorientiert) als Basistraining zur Sturzprophylaxe

ZIELGRUPPE

Bewegungsfachkräfte, Übungsleiter/-in im Bereich Bewegung, Pflegekräfte aus Kliniken, ambulanter und stationärer Altenpflege und anderen Arbeitsgebieten, pflegende Familienangehörige

ZIELE/ABSCHLUSS

Auf Anfrage können entsprechend der Vorqualifikation zusätzlich zur Teilnahmebescheinigung der SKA gegen eine Bearbeitungsgebühr von 40 Euro, ein Zertifikat der ISR Gesundheitsakademie, ausgegeben werden. Damit besteht die Möglichkeit ZPP-anerkannte, Krankenkassen geförderte Kurse anzubieten.

Seminar-Nr. 226417

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Dr. Petra Mommert-Jauch
Termin	Sa, 07.03. (10 Uhr) – So, 08.03.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 299 €, NMG 359 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG MITGEFÜHL FÜR DICH UND MICH! EINE REISE ZUM REGENBOGEN

Yoga für Kinder

NEU

Bewegung und Entspannung führen zu mehr Achtsamkeit und Konzentration. Mit kleinen Übungseinheiten, Ritualen und Bewegungsabläufen aus dem Yoga erwerben die Kinder neben körperlicher Fitness die Fähigkeit, sich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen. Sie

erfahren den Zusammenhang eines guten Körpergefühls und einer mitfühlenden und friedlichen Einstellung. Der Regenbogen übt eine besondere Faszination auf Kinder aus. Geschichten, Lieder, Sprechverse und Entspannungsübungen können die Kinder vielfältig anregen, sich die Farben des Regenbogens vorzustellen, achtsam über bunte Chiffontücher zu laufen, dabei die Farben auf sich wirken zu lassen und vieles mehr. So können Yogaelemente einen sinnvollen und effektiven Beitrag zur Gesundheitserziehung, Streitschlichtung und einem mitfühlenden,

friedlichen Miteinander leisten. Die Übungen können einfach in den Schul- und Kitaalltag integriert werden. 8 LE

ZIELGRUPPE

Pädagogische Fachkräfte

Seminar-Nr. 226438

Ort	Berlin
Referentin	Kitty Baar
Termin	Sa, 14.03.2026 (10 – 17 Uhr)
Gebühr	MG 119 €, NMG 139 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG TANZEN MIT ROLLATOR

Der Bundesverband Seniorentanz e.V. (BVST) bietet neben Seniorentanz, Tanzen im Sitzen, Tanz am Stuhl auch Tanzen mit Rollator an. Mit diesem Angebot möchte der BVST die große, ständig wachsende Anzahl der Menschen erreichen, die einen Rollator aus unterschiedlichen Gründen benötigen. Durch Tanzen mit Rollator kann Mobilität erhalten oder eventuell auch verbessert werden. Tanzen ist gesund, Tanzen macht Spaß und Tanzen bietet Geselligkeit. Schöne, vielseitige Musiken wurden für das Tanzen mit Rollator ausgewählt. Die Musik gibt den Rhythmus und das Tempo vor, der Rollator die Stabilität, um die Bewegungen der Tänze auszuführen. Gemeinsam werden verschiedene Schritte und Figuren in verschiedenen Aufstellungen geübt und getanzt. Vielseitig, abwechslungsreich und ganzheitlich zu fördern ist das Ziel: Sicherheit beim Gehen, Orientierung, Aus-

dauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft erhalten und verbessern. Sozialkompetenzen, Alltagskompetenzen und Selbständigkeit erhalten. In der Gruppe bietet Tanzen mit Rollator Spaß und Lebensfreude.

ZIELGRUPPE FÜR DAS EINSTEIGER-MODUL

Die Ausbildung richtet sich an Mitarbeiter/innen in der Seniorenarbeit, im Seniorensport und andere Interessenten Betreuerinnen und Betreuer von Menschen mit eingeschränkter Mobilität in der stationären und offenen Alten- und Behindertenarbeit ohne Vorkenntnisse. 20 LE

ZIELGRUPPE FÜR DAS TANZLEITER-MODUL

Die Ausbildung richtet sich an Tanzleiterinnen des BVST. Die Zugangsvoraussetzungen sind mindestens Aufbaulehrgang I für Seniorentanz oder Baustein 2 für Tanzen im Sitzen. 20 LE

Um effektiv arbeiten zu können, sollen alle Teilnehmer/-innen einen Rollator mitbringen.

Seminar-Nr. 226410 Einsteiger-Modul

Sa, 21.03. (9 Uhr) –
So, 22.03.2026 (17:30 Uhr)

Ort Bad Wörishofen

Leitung Elke Müller

Gebühr MG 229 €, NMG 259 €, zzgl. 73,75 € Lehrgangsmaterial (CD, Broschüre, Unterrichtsmaterial)*

Seminar-Nr. 226411 Tanzleiter-Modul

Sa, 05.09. (9 Uhr) –
So, 06.09.2026 (17:30 Uhr)

Ort Bad Wörishofen

Leitung Elke Müller

Gebühr MG 229 €, NMG 259 €, zzgl. 73,75 € Lehrgangsmaterial (CD, Broschüre, Unterrichtsmaterial),
*reine Seminargebühr



KNEIPP
SCHULE

HEUTE für MORGEN.

Berufsfachschule für Massage und Physiotherapie.

Brucknerstraße 1 · 86825 Bad Wörishofen
Telefon: +49 (0)8247 9676 0 · Mail: info@kneippschule.de





WEITERBILDUNG FINDE DEINE BALANCE – MIT INTUITIV-/MEDITATIVEM BOGENSCHIESSEN UND HOLISTISCHER FUSS- GESUNDHEIT ZUR INNEREN MITTE

NEU

**Körper, Geist und Seele im Einklang –
mit Fokus und Erdung**

In unserem hektischen Alltag ist es oft eine Herausforderung, innere Ruhe und Balance zu finden. Dieses Seminar lädt dich ein, auf

eine ganzheitliche Reise zu gehen, bei der Körper, Geist und Seele im Einklang stehen. In diesem besonderen Workshop verbinden wir die meditative Kraft des intuitiven Bogenschießens mit ganzheitlichen Techniken der Fußgesundheit, um deine innere Mitte zu stärken und dein Wohlbefinden zu fördern. Gemeinsam erforschen wir, wie achtsames Zielen und Loslassen dir helfen können, innere Ruhe zu finden und dich selbst neu zu spüren. Egal, ob du bereits Erfahrung hast oder neu in diesen Themen bist - dieses Seminar bietet dir Raum für Selbstentdeckung, Entspannung und persönliche Balance. Lass dich

auf eine Reise ein, bei der du Körper und Geist in Einklang bringst und deine innere Mitte wiederentdeckst. Vorkenntnisse im Bogenschießen sind nicht erforderlich. Die benötigte Ausrüstung wird vor Ort zur Verfügung gestellt. 16 LE

Seminar-Nr. 226420

Ort	Tecklenburg
Referent	Burkhard Reinberg
Termin	Sa, 25.04. (10 Uhr) – So, 26.04.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG FITNESS UND HARMONIE

**Gehirnjogging, Indian Balance
und Klangmeditation für Körper Geist
und Seele**

Gehirnjogging sind lustige Bewegungs- und Koordinationsspiele, bei denen unser Gehirn und unser Körper trainiert wird und auch die Lachmuskeln zum Einsatz kommen. Mit Spaß das Gedächtnis stärken. Indian Balance ist das fließende indianische Body-Mind-Soul Programm, ein ausgewogenes Achtsamkeits- und Kräftigungstraining, das die Sinne beflügelt. Indian Balance besteht aus harmo-

nischer Bewegung, gesundheitsfördernder Haltung und bewusster Atmung. Wir trainieren die Konzentration und Ausdauer, sowie das Gleichgewicht und die Beweglichkeit und beenden die Stunde mit Tiefenentspannung. Bei einer Klangmassage oder Klang-Meditationsreise berühren uns Klänge auf einer tiefen emotionalen Ebene, sie schaffen ein Gefühl von Vertrauen und Geborgenheit. Die Klänge haben eine harmonisierende, ausgleichende und heilende Wirkung auf unseren Körper und unsere Seele. Klang ist Schwingung und dringt in jede Zelle ein, aktiviert unsere Selbstheilungskräfte und kann unterstützend helfen, körperliche und emotionale Blockaden

zu lösen, sowie den Energiedurchfluß anzuregen, das Immunsystem zu stimulieren oder Muskel- und Gelenkschmerzen zu lindern. Eine Reise zum Entspannen und Wohlfühlen, ein Spiel mit Klangschalen, Koshi, Hapi, Gong und Regenstab. 16 LE

Seminar-Nr. 226421

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Schier
Termin	Sa, 02.05. (10 Uhr) – So, 03.05.2026 (16:00 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG SPORT IN ALLEN LEBENSLAGEN

**Return to Sport – funktionales Training
nach Verletzungen**

In Zusammenarbeit mit dem Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Bayern e.V. (BVS). Wie gelingt der gezielte Wiedereinstieg in den Sport mit und nach Verletzungen? Dieses praxisnahe Seminar beleuchtet aktuelle Konzepte und Prinzipien des „Return to Sport“ – individuell abgestimmt auf Sportlerinnen und Nichtsportlerinnen. Im Fokus stehen funktionelle Trainingsansätze in der Rehabilitation, die Bedeutung individueller Belastbarkeit, sinnvolle Progressionsmodelle sowie funktionelle Tests zur Rückkehrentscheidung. 16 LE

INHALTE

- ▶ Return to Sport – Definition, Entwicklung, Herausforderungen
- ▶ Prinzipien der erfolgreichen Rehabilitation
- ▶ Funktionelles Training: Chancen, Risiken und gezielter Einsatz
- ▶ Testverfahren zur Trainingssteuerung und Entscheidungshilfe
- ▶ Fallbeispiele und praktische Übungsreihen
- ▶ Einsatz von Kleingeräten im funktionellen Training

Erleben Sie zwei Tage mit viel Praxis, ergänzt durch Kurzvorträge und intensiver Diskussion zu einem Thema, das sportliche und berufliche Belastungen ganzheitlich betrachtet!

ZIELGRUPPE

Fachübungsleiter/-in Rehabilitationssport mit Komplettlizenz, Übungsleiter/-in Breitensport und Sport in der Prävention, Physiotherapeut/-in, Sportwissenschaftler/-innen

Seminar-Nr. 226422

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Tobias Borucker
Termin	Sa, 01.08. (10 Uhr) – So, 02.08.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG KOORDINATION

NEU

Wer weiß schon, dass wir per Definition 7 verschiedene koordinative Fähigkeiten haben?! Entsprechend vielseitig wird dieser Kurs! Propriozeptives Training oder Reaktionstraining sind genauso wichtig, wie Gleichgewicht und

Bewegungsdifferenzierung. Ob mit Gerät oder auch mal als Partner- und Gruppenübung, in Ruhe und Achtsamkeit oder auch mal anstrengend und fordernd. Es werden alle Facetten der Koordination angesprochen und mit vielen Übungsbeispielen durchgeführt. 16 LE

Seminar-Nr. 226423

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Heike Kirschnek
Termin	Sa, 29.08. (10 Uhr) – So, 30.08.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG EUTONIE TRIFFT KNEIPP

NEU

Was wäre, wenn Gerda Alexander – Begründerin der Eutonie Gerda Alexander – und Sebastian Kneipp sich getroffen hätten? Sebastian Kneipp wirkte lange vor Gerda Alexander. Beide beschäftigten sich aus ihren eigenen Lebensgeschichten heraus, wie Gesundheit entstehen und erhalten bleiben kann. Nach dem Motto „Vorbeugen ist besser als heilen“ war ihnen die Übernahme von Verantwortung für die eigene Gesundheit und damit auch die eigene Gesundheitsvorsorge ein großes Anliegen. In diesem Kurs werden Übungsweisen der Eutonie Gerda Alexander® mit einigen Kneipp-Anwendungen der Säulen Bewegung, Wasser und Lebensordnung kombiniert. Der Schwerpunkt in der Fortbildung wird auf dem praktischen Erleben der Eutonie Gerda Alexander liegen. Das Wort Eutonie kommt aus dem Griechischen und kann mit Wohl-

Spannung und Wohl-Stimmung übersetzt werden. Eutonie Gerda Alexander® ist eine Methode achtsamer Körperarbeit, die die Spannungsregulation im gesamten Organismus ins Zentrum stellt. Verbal angeleitete Übungen in Ruhe und Bewegung schulen die Körperwahrnehmung, helfen Spannungen auszugleichen und Beweglichkeit zu erhalten oder zu verbessern. Es gibt keine festgelegten Übungsfolgen. Inhalt und Ziel der Anleitungen ist es, dass jede/r eigene Bewegungsmöglichkeiten und das eigene Maß findet. 16 LE

INHALTE

- ▶ Achtsame Körperreise entlang der eigenen Knochen und Gelenke mit allen Gewebeschichten bis hin zur umhüllenden Haut.
- ▶ Einige Eutonieprinzipien erleben und selbstständig anwenden
- ▶ Verspannungen auf die Spur kommen
- ▶ Tonusregulierung
- ▶ Basiswissen um die Wirkmechanismen der Kneipp-Anwendungen

- ▶ praktisches Erleben ausgewählter Wasseranwendungen
- ▶ Gesundheitskompetenz stärken

Die angewendeten Übungen sind leicht in den Alltag zu integrieren.

ZIELGRUPPE:

Interessierte, Körperarbeitende, Entspannungspädagogen, Ergotherapeuten, Logopäden, Physiotherapeuten, Psychologen, Pädagogen, pflegende und helfende Berufstätige

Seminar-Nr. 226424

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Monika Koddebusch
Termin	Sa, 12.09. (10 Uhr) – So, 13.09.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GRÜNE WIESEN UND BLAUES WASSER

**Naturerlebnis und Genusswandern
im Allgäu**

Die weiten, aussichtsreichen Alpflächen sowie das reiche Wasservorkommen gehören zu den prägenden Landschaftselementen des Oberallgäus. An diesem Wochenende erleben wir das grün-blaue Allgäu mit seinen vielfältigen Erscheinungsformen und wollen dabei erkunden, welche Möglichkeiten diese ganz besonderen Naturphänomene für uns Wanderleiter bieten. Ziel der Fortbildung ist die Vermittlung des themenorientierten Erlebniswanderns, von der Planung bis zur Umsetzung in der Praxis. Dabei beschäftigen wir uns aber nicht nur mit den unterschiedlichen Naturerscheinungen, sondern genießen auch die feinen kulinarischen Spezialitäten, die genau hier

produziert werden. 16 LE

INHALTE

- ▶ Grundlagen des themenorientierten Erlebniswanderns
- ▶ Planung und Umsetzung von Genusswanderungen
- ▶ Kulturlandschaften im Alpenraum
- ▶ Naturphänomen Wasser – Erscheinungsformen in der Landschaft
- ▶ Kartenkunde in der Praxis

ANFORDERUNGEN:

Leichte bis mittelschwere Wanderungen auf z.T. auch schmalen Wegen und Pfaden à Trittsicherheit und Kondition für Touren mit gut 4 Std. reiner Gehzeit, 12 km Strecke, 400 bis 500 hm Anstieg

EMPFOHLENE AUSRÜSTUNG:

- ▶ Stabile Wanderschuhe mit griffiger Sohle, wetterangepasste Bekleidung

- ▶ Trinkflasche & kleine Brotzeit („Notration“), Erste-Hilfe-Set
- ▶ gegebenenfalls Sonnenschutz, evtl. Wanderstöcke
- ▶ Wanderkarte für die Region (nicht verpflichtend), z.B. Alpenvereinskarte 1:25.000, Allgäuer Voralpen West (BY 1) & Allgäuer Voralpen Ost (BY 3) oder Kompass Wanderkartenset 003 (Allgäuer Alpen), 1:25.000

Seminar-Nr. 226425

Ort	Blaichach, Allgäu
Referent	Christian Gindhart
Termin	Sa, 19.09. (9:30 Uhr) – So, 20.09.2026 (14:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG

**KNEIPP-
PRAXISIDEEN RUND
UM DEN JAHRESKREIS**

ONLINE

Ob Kneipp-Parcours, Bewegungs-ABC oder Kräutersmoothie - in diesem Seminar erhalten Sie Praxisideen aus dem Kneipp- Fundus, um die Gesundheit in Ihrer Kita, im Hort oder Grundschule vielseitig zu fördern. Wir gehen in den Erfahrungsaustausch, lernen verschiedene Übungen kennen und anwenden und wissen, wie wir Jahresfeste in der Kita mit dem Kneipp-Gedanken erweitern können. 8 LE

ten Sie Praxisideen aus dem Kneipp- Fundus, um die Gesundheit in Ihrer Kita, im Hort oder Grundschule vielseitig zu fördern. Wir gehen in den Erfahrungsaustausch, lernen verschiedene Übungen kennen und anwenden und wissen, wie wir Jahresfeste in der Kita mit dem Kneipp-Gedanken erweitern können. 8 LE

Seminar-Nr. 226426

Ort	Zoom
Referentin	Dr. Franziska Dathe
Termin	Do, 03.09.2026 (15:30 – 18:30 Uhr) und Do, 10.09.2026 (15:30 – 18:30 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

**ZYKLUS UND
TRAINING – IM RHYTHMUS
DER HORMONE**

NEU

**TEIL 1: ZYKLUS UND TRAINING –
IM RHYTHMUS DER HORMONE**

Wie wirken sich die hormonellen Veränderungen im Monatszyklus auf Kraft, Ausdauer, Regeneration und Motivation aus? In diesem Workshop-Teil beleuchten wir die physiologischen Grundlagen des weiblichen Zyklus in den unterschiedlichen Lebensphasen und deren Bedeutung für Trainingssteuerung,

Bewegungspraxis und das körperliche Wohlbefinden. Ziel ist es, zyklussensibel zu denken und Frauen in ihrer Leistungsfähigkeit gezielt zu unterstützen.

TEIL 2: HORMONYOGA

Ursprünglich zur Vorbeugung von Klimateriumsbeschwerden entwickelt, kann Hormonyoga auch eine Schilddrüsenunterfunktion positiv beeinflussen sowie zur Osteoporose-Prävention dienen. Mit regelmäßig betriebenen Hormon-Yoga kannst Du Deine Eierstöcke/Prostata, Nebennieren, Schilddrüse sowie die Hypophyse anregen und somit deiner Gesundheit etwas Gutes tun. Ausschnitte aus diesem Konzept werden in diesem Workshop in Theorie und Praxis vermittelt. 16LE

ner Gesundheit etwas Gutes tun. Ausschnitte aus diesem Konzept werden in diesem Workshop in Theorie und Praxis vermittelt. 16LE

Seminar-Nr. 226427

Ort	Bad Wörishofen
Referentinnen	Sabrina Fitsch und Katrin Niekerke
Termin	Sa, 26.09 (10 Uhr) - So, 27.09.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG € 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

**FLEXIBILITÄT IN
ÜBUNGSTUNDEN
& IN KÖRPER UND GEIST!**

ONLINE

Profitieren Sie von beweglichkeitsfördernden Übungen aus dem Faszien-, Yoga- und alternativen Rückentraining. Sie wirken u.a. auf unsere Energiebahnen an der Wirbelsäule, die uns so in Balance bringen.

Beeinflussen Sie die Körper- und geistige Haltung der Teilnehmer/-innen positiv und lösen Sie eventuelle Blockaden dank Anwendungen von Tennisbällen, Hartschaumrolle und ganzheitlicher Dehnungskombinationen. Zudem fördern die Mentaltrainingsübungen Ihre Vermittlungskompetenz als Übungsleiter/-in und den „Lern“-Erfolg der Teilnehmer/-innen. 8LE

Seminar-Nr. 226428

Ort	Zoom
Referentin	Stefanie Lenk
Termin	So, 04.10.2026 (9 – 12:15 Uhr & 13 – 16:15 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG € 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

EINFACH SPITZE!**Leichte Tänze im Sitzen**

In diesem Seminar erlernen Sie unterschiedliche Tänze im Sitzen. Gymnastische Tänze, Thementänze und Tänze mit Handgeräten und Rhythmusinstrumenten werden mit einfachen Bewegungsfolgen zu abwechslungsreichen Melodien vermittelt. Für die Arbeit mit mobileren Gruppen werden auch anspruchsvollere Erweiterungen eingeübt. Die Tänze laden ein zum Bewegen und Mitschwingen, fördern so die geistige und körperliche Beweglichkeit und damit ein positives Lebensgefühl. 8 LE

mit mobileren Gruppen werden auch anspruchsvollere Erweiterungen eingeübt. Die Tänze laden ein zum Bewegen und Mitschwingen, fördern so die geistige und körperliche Beweglichkeit und damit ein positives Lebensgefühl. 8 LE

Seminar-Nr. 226429

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Dagmar Stadelmeyer
Termin	Sa, 10.10.2026 (9:30 – 17 Uhr)
Gebühr	MG 119 €, NMG 139 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG FUNCTIONAL TRAINING



Functional Training ist ein hocheffektives Training, da bei jeder Bewegung mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht werden. Die Übungen bestehen aus komplexen Bewegungen und im Fokus stehen die Verbesserung der Bewegungsqualität, der

Inter- und intramuskulären Koordination, der alltagsrelevanten Bewegungen und ein starkes Core. Dabei können die Übungen aber für jedes Level angepasst werden. Diese Trainingsform wird mit dem eigenen Körpergewicht und Kleingeräten durchgeführt. 8 LE

Seminar-Nr. 226430

Ort	Zoom
Referentin	Kim Thom
Termin	Fr, 23.10. (16–19 Uhr) Sa, 24.10.2026 (9–12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG STABIL UND BEWEGLICH

Hüftmuskulatur, die neuen Core-Muskeln

Das kugelige Hüftgelenk stellt die zentrale Verbindung zwischen den Beinen und dem Oberkörper dar. Es spielt eine entscheidende Rolle für die Stabilität sowohl nach unten als auch nach oben, indem es eine stabile Beinachse und ein stabiles Becken gewährleistet.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie sich eine vielfältige 3D-Bewegungs-dynamik mit gleichzeitiger Stabilität vereinen lässt. Durch das Spiraldynamik® Bewegungskonzept lernen Sie den Zusammenhang zwischen Becken, Beinen und Wirbelsäule zu verstehen. Ziel ist es, Fehlhaltungen von den Knien bis zur Lendenwirbelsäule gezielt entgegenzuwirken. In praxisnahen Einheiten erlernen Sie komplexe Bewegungsabläufe, die individuell analysiert und geübt werden. 16 LE

Seminar-Nr. 226431

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Christiane Miller
Termin	Sa, 24.10. (10 Uhr) – So, 25.10.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



- ☉ 6 gemütliche Ferienwohnungen
- ☉ Frühstücksangebot
- ☉ Kneipp erleben
- ☉ kleine, feine Sauna für einen entspannten Abend



Steffis Landhof
Hans-Peter Scholz
Obere Mühlstr. 9a
86825 Bad Wörishofen

Telefon 08247 32518
Fax 08247 332504
info@steffi-landhof.de
www.steffi-landhof.de



Ferienwohnungen
Roiser





- ❖ 4 exklusiv eingerichtete Ferienwohnungen direkt im Stadtzentrum
- ❖ Nur wenige Minuten bis zur Sebastian-Kneipp-Akademie
- ❖ Zahlreiche Einkaufs- und Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe
- ❖ Abstellraum für Fahrräder + Ladestation für eBikes
- ❖ Parkmöglichkeiten direkt am Haus



FERIENWOHNUNGEN ROISER
 Hauptstraße 17 · 86825 Bad Wörishofen · Tel: 08247/34502
 E-Mail: info@ferienwohnung-roiser.de
www.ferienwohnung-roiser.de

**WEITERBILDUNG
ME TIME**

Bewegungs- und Entspannungsprogramme für jederman (Trainer und Endverbraucher). Mach mal 'ne Pause! Diesen Satz sollten wir uns immer wieder vor Augen führen. Wie können wir unsere Energiespeicher wieder auffüllen? Ein gutes Buch lesen, Musik hören, mit Freunden ausgehen, einen Power-

nap oder sich einfach mal um sich kümmern – manch einer hat das in seinem reizüberfluteten Alltag oftmals verlernt. In diesem Online-Workshop gebe ich Ihnen Zeit, sich mal wieder nur um sich selbst zu bemühen, sich zu spüren und zu erfahren. Ich gebe Ihnen verschiedene Übungsprogramme an die Hand, welche Sie dann auch in ihrem Alltag integrieren können oder als Trainer an andere weitergeben können. 4LE

Seminar-Nr. 226432

Ort	Zoom
Referentin	Katrin Niekerke
Termin	Fr, 13.11. (16–19 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG 65 € reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
PILATES IN
THEORIE & PRAXIS**

In dieser zweitägigen Fortbildung (je 3 Stunden) verbinden wir fundiertes Pilates-Wissen mit praktischen Übungen für den direkten Einsatz im Unterricht oder Training. Der erste Tag bietet theoretische Grundlagen und

klassische Praxisinhalte, während wir im zweiten Teil kreativ werden: Alltagsgegenstände wie Mikrofaserhandtücher oder Trinkflaschen ersetzen Kleingeräte und zeigen, wie flexibel Pilates sein kann – auch im Online-Setting. 8 LE

Seminar-Nr. 226433

Ort	Zoom
Referentin	Sabrina Fitsch
Termin	Fr, 06.11. (16–19 Uhr) und Sa, 07.11.2026 (9–12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG € 119 €, reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
BEWEGTER
KNEIPP-WEIHNACHTS-
KALENDER ONLINE**

Weihnachtliche Bewegungsimpulse, duftende Genussideen, entspannte Schneeflockchen-Massage – das Seminar bietet Ihnen praxisnahe Weihnachts- und Winterideen für Krippe, Kita und Hort zum Ausprobieren und Kennenlernen an. 4 LE

Seminar-Nr. 226434

Ort	Zoom
Referentin	Dr. Franziska Dathe
Termin	Di, 10.11.2026 (15:30–18:30 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG € 65 €, reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
BAUCHTANZ
FÜR ANFÄNGER ODER
WIEDEREINSTEIGER**

**Mit einfachen und klar definierten
Bewegungen mit Focus auf eine
gesunde Körperhaltung**

erleben wir nicht nur ein neues Körpergefühl, sondern auch Spaß und gute Laune. Bauchtanz bewegt die komplette Wirbelsäule, massiert die Bandscheiben. Wir starten mit definierten Grundbewegungen und gehen über in weiche Kreis- und Achterbewegungen. Zusammen mit einfachen Schrittkombinationen tanzen wir eine für alle erlernbare kleine Choreographie. 8 LE

Seminar-Nr. 226435

Ort	Zoom
Referentin	Christiane Miller
Termin	Fr, 13.11. (16–19 Uhr) – Sa, 14.11.2026 (10–13 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG „EMBODIMENT“

Wie der Körper die Psyche und die Psyche den Körper beeinflusst

Wer kennt es nicht – Man steckt in einer akuten Stresssituation und der Körper reagiert: Der Herzschlag steigt, die Gallenblase füllt sich, der Magen zieht sich zusammen und die Muskeln werden hart. Der Körper reagiert auf psychische Belastungen. Aber auch die andere Richtung ist möglich: Haltung macht Stimmung. Die Psyche reagiert auf den Körper! Genau diese Wechselwirkung zwischen Körper und Psyche wird durch das Wort „Embodiment“

umschrieben. Einerseits werden psychische Zustände in Form körperlicher Ausdrucksformen sichtbar. Andererseits beeinflussen interessanterweise Körperzustände und speziell Körperhaltungen unser Denken und Fühlen ebenfalls. Diese Wechselwirkung wird sowohl auf sportmedizinisch-physiologischer als auch auf psychologischer Ebene im letzten Jahrzehnt wissenschaftlich bestätigt und hat u.a. zur Folge, dass sportliche Betätigung inzwischen ein nachgewiesener effektiver Therapieansatz bei psychiatrischen Beschwerdebildern ist. In diesem Seminar stellt Dr. Mommert-Jauch den Embodiment-Ansatz sowohl theoretisch als auch praktisch vor. 16 LE

ZIELGRUPPE

Bewegungsfachkräfte, Übungsleiter/-in im Bereich Bewegung, Kneipp-Gesundheitspädagoge/-in SKA mit Schwerpunkt Haltung und Bewegung

Seminar-Nr. 2226436

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Dr. Petra Mommert-Jauch
Termin	Sa, 14.11. (10 Uhr) – So, 15.11.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 319 €, NMG 379 €, reine Seminargebühr Inkl. Buch

WEITERBILDUNG RÜCKEN



Unser Rücken ist ein zentraler Schwerpunkt im Gesundheitstraining. Wie vielseitig dies sein kann und vor allem auch sein sollte erarbeiten wir uns bei diesem Online-Seminar. Dabei arbeiten wir ganzheitlich in großen Muskelschlingen und arbeiten uns immer dif-

ferenzierter und detaillierter an die kleinsten Muskeln an der Wirbelsäule. Wir werden kennenlernen, warum starke Beinmuskeln für den Rücken genauso wichtig sind, wie die Entspannungsfähigkeit des Kiefergelenkes u.v.m. Einflüsse von funktionellem Training, therapeutischer Wirbelsäulengymnastik, Feldenkrais oder Pilates sind nur einige der zu nennenden, die Heike in diesem Kurs ansprechen wird. 8 LE

Seminar-Nr. 226437

Ort	Zoom
Referentin	Heike Kirschnek
Termin	Fr, 20.11. (16 – 19 Uhr) – Sa, 21.11.2026 (9 – 12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

Massage.
Physiotherapie.
Bildung.



KNEIPP
SCHULE



www.kneippschule.de



HEILPFLANZEN & ERNÄHRUNG

Erleben Sie, wie sich mild wirkende Heilpflanzen – als Badezusätze, Tinkturen, Salben, Tees oder Säfte – für eine verantwortungsvolle Selbstmedikation eignen und das Fasten seine Wirkungen entfaltet. Eine zeitgemäße und

nachhaltige Ernährung basiert auf den Empfehlungen einer vollwertigen Ernährung. Im Vordergrund stehen frische Lebensmittel, die schonend und gleichzeitig genussvoll zubereitet werden.

NEUES FORMAT

KURSLEITER/-IN

FASTENBEGLEITER/-IN SKA (HYBRID: ONLINE & PRÄSENZ)

Diese Ausbildung befähigt Sie, verschiedene Fastenformen professionell, fundiert und praxisbezogen in unterschiedlichsten Anwendungsfeldern einzusetzen. Viele Menschen in Deutschland fasten regelmäßig und bevorzugen dabei eine professionell geleitete Gruppe mit einem anspruchsvollen Rahmenprogramm. Hier sind qualifizierte Fastenbegleiter/-innen gefragt, die sowohl Einsteiger als auch Wiederholende fachkundig unterstützen und begleiten. Auch für das Einzelsetting (z. B. in der Ernährungsberatung oder beim therapeutischen Fasten) werden Fastenexperten und Fastenexpertinnen gebraucht, die mit Empathie, Achtsamkeit und tiefem Wissen zur Seite stehen können.

Format: Hybrid – 1 Online-Seminar (40 LE), 1 Präsenzseminar (40 LE), 1 Prüfungsseminar (20 LE)

INHALTE

- ▶ Fastenmethoden im Überblick
- ▶ Fasten nach Buchinger
- ▶ Psychologie & Physiologie des Fastens
- ▶ Möglichkeiten und Grenzen des Fastens
- ▶ Indikationen und Kontraindikationen
- ▶ Planung und Organisation von Fastenkursen/Fastenwochen
- ▶ Kurzzeitfasten-Konzepte
- ▶ Methodik/Didaktik
- ▶ Fastenbegleitende Maßnahmen
- ▶ Rechtliche Aspekte für die Leitung von Fastengruppen
- ▶ Vollwert-Ernährung, Lebensmittelkunde
- ▶ Praktische Übungen

ZIELGRUPPE

Offen für Interessierte

AUSBILDUNGSZIELE

Sie lernen, gesunde Menschen in Eigenverantwortung durch die Fastenzeit zu führen und gemäß der Kneippschen Lehre zu einem gesundheitsorientierten Lebensstil zu motivieren. Darüber hinaus erwerben Sie die Kompetenz, eigene Fastenveranstaltungen zu planen, durchzuführen und dabei praxisnah gesundheitsrelevantes Wissen zu vermitteln – auch für die Zeit nach dem Fasten. Auch im Bereich der Ernährungsberatung eröffnen sich Ihnen als Fastenbegleiter/-in vielfältige berufliche Perspektiven in einem wachsenden Markt.

ABSCHLUSS

Sie erhalten nach erfolgreichem Abschluss (praktische Prüfung in Form einer Lehrprobe, Fachgespräch, Facharbeit, schriftlicher Test) das Zertifikat „Fastenbegleiter/-in SKA“, das Sie berechtigt, selbstständig Fastengruppen zu leiten.

VORAUSSETZUNGEN

Eigenes Erleben einer Fastenwoche (Nachweis) bzw. die Bereitschaft zu einer Fastenselbsterfahrung in der Zeit zwischen den Ausbildungsseminaren und Erfahrung im Umgang mit Gruppen.

Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) vor Abschluss der Ausbildung.

Seminar-Nr. 226501 1. Ausbildungsseminar – Online
Mi, 06.05. – So, 10.05.2026

Seminar-Nr. 226502 2. Ausbildungsseminar – Präsenz
Mi, 24.06. – So, 28.06.2026

Seminar-Nr. 226503 Prüfungsseminar – Präsenz
Fr, 04.09. – So, 06.09.2026

Beginn jeweils 14 Uhr am Anreisetag – Ende 13 Uhr am Abreisetag

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Wolfgang Haas
Gebühr	Gesamtpreis: MG 1.369 €, NMG 1.649 €
Pro Seminar:	MG 456,33 €, NMG 549,66 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNGEN

WEITERBILDUNG KRÄUTER IN DER WINTERZEIT



Kräuter stehen fast das ganze Jahr über zur Verfügung. Doch welche Aktionen können mit den Kindern im Winter durchgeführt werden? Außer Tee kochen gibt es noch zahlreiche andere Möglichkeiten. Kräuter und Gewürze helfen uns auch, gesünder durch den Winter zu kommen. Lernen Sie in diesem Seminar interessante Anwendungsmöglichkeiten kennen. 4 LE

INHALTE

- ▶ Kräuter zur Stärkung der Gesundheit
- ▶ Kräutersäckchen – einmal ohne Lavendel
- ▶ Wärmende Getränke und leckere Rezepte aus der Küche

Seminar-Nr. 226504

Ort	Zoom
Referentin	Petra Höner
Termin	Mi, 21.01.2026 (15 – 18 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG 69 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG ERNÄHRUNG ZU PFARRER KNEIPPS ZEITEN UND HEUTE



Das allseits beliebte Thema Ernährung und seine große Bedeutung für unsere Gesundheit sind historisch belegt. Aus dem Verständnis des komplexen Zusammenspiels zwischen

Ernährung, Lebensweise, Stoffwechsel u. a., ergeben sich Ansätze für die Prävention von Krankheiten, das ist heute so und war es auch zu damaliger Zeit. Interessant ist die Gegenüberstellung der Ernährung heute und um das Jahr 1850. Dieses Seminar vermittelt Ihnen ein fundiertes Basiswissen über Ernährung und Ernährungsweisen nach neuestem wissenschaftlichem Stand und zu Zeiten Pfarrer Kneipps. 8 LE

Seminar-Nr. 226505

Ort	Zoom
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Fr, 30.01. (16 Uhr) – Sa, 31.01.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GESUNDE ERNÄHRUNG IN DER KITA



Wie und was Kinder essen, spielt für deren Entwicklung eine große Rolle. Einen wichtigen Beitrag hierzu leistet die Verpflegung in der Kita. Sie kann Vorbild für Kinder und Eltern sein für eine gesunde, abwechslungsreiche Kost, die auch den Bedürfnissen der

Kinder entspricht. Dieses Seminar gibt Vorschläge und Anregungen zur Ernährung von Kindern in der Kita, die anhand der Empfehlungen des Forschungsdepartment Kinderernährung entwickelt wurden. Sie erhalten Tipps für die Speiseplangestaltung mit frischen Lebensmitteln und den Umgang mit Kinderlebensmitteln. Auch Themen zu Hygiene und Infektionsschutz sowie praktische Orientierungshilfen zur Nachhaltigkeit werden besprochen. 8 LE

Seminar-Nr. 226506

Ort	Zoom
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Fr, 27.02. (16 Uhr) – Sa, 28.02.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG GEMMOLEHRE – PRÄVENTION MIT KNOSPEN



Die Gemmolehre macht das „Lebendigste“ der Pflanzen – nämlich die Vitalkraft der Knospen, Triebspitzen und der jungen Schösslinge – als Regenerationskraft für den Menschen nutzbar. „Gemma“ ist lateinisch und bedeutet nichts anderes als Knospe. Die daraus gewonnen Auszüge besitzen Heil- und Regenerationskraft und können erfolgreich und präventiv bei vielen akuten und chronischen

Erkrankungen angewendet werden. Knospen, Triebe und Sprösslinge befinden sich zum Erntezeitpunkt exakt auf dem Höhepunkt ihrer Entwicklung und enthalten ein Maximum an speziellen Enzymen, Vitaminen, pflanzlichen Eiweißen und Wachstumshormonen, die in dieser Entwicklungsphase von der Pflanze benötigt werden. Sie sorgen dafür, dass in kürzester Zeit besonders viele neue Zellen in der Pflanze gebildet werden. Die Knospenlehre des belgischen Arztes Dr. Pol Henry gehört zu den grundlegenden Naturheilweisen jedes naturheilkundlich Interessierten mit und ohne Vorkenntnisse. 8 LE

Seminar-Nr. 226507

Ort	Zoom
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Fr, 20.03. (16 Uhr) – Sa, 21.03.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG

KLOSTERMEDIZIN – DIE WIEGE UNSERER PFLANZENHEILKUNDE

Die Klostermedizin beschreibt eine Epoche, in der die Klöster eine große Rolle in der medizinischen Versorgung der Bevölkerung spielten. Schriftkundige Mönche sammelten das antike Heilwissen großer Ärzte und ergänzten es durch die Volksmedizin. So entstanden umfassende medizinische Werke wie beispielsweise von Nursia, Walafried Strabo oder Hildegard von Bingen. Klostermedizin

basierte in erster Linie auf Kräutermedizin. So gehörte der klösterliche Kräutergarten als fester Bestandteil zu den Klöstern. Entdecken Sie in diesem Seminar altes Klosterwissen neu für Gesundheit und Wohlbefinden. 16 LE

INHALTE

- ▶ Geschichte der Klosterheilkunde
- ▶ Traditionelles Kräuterwissen
- ▶ Religion, Magie und Medizin
- ▶ Bewährte Heilkräuter der Klostermedizin mit vielen Tipps und Rezepten für den modernen Alltag

Seminar-Nr. 226508

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Sa, 11.04. (9:30 Uhr) – So, 12.04.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG DIE WILDEN GRÜNEN

Mit Frühjahrskräutern
den Körper in Schwung bringen



Die ersten Frühjahrskräuter sind nicht nur Hingucker, sie haben auch inhaltlich einiges zu bieten. Kindern macht es Spaß, die ersten Kräuter unter Anleitung selbst zu sammeln. Sie lernen,

wo Bärlauch, Brennnessel, Knoblauchsrauke, Giersch oder Gänseblümchen wachsen, wie sie verarbeitet werden und wie gut sie schmecken. 4 LE

INHALTE

- ▶ Frühjahrskräuter –
Inhaltsstoffe und Wirkung
- ▶ Ernte und Tipps zur Verarbeitung
- ▶ Rezepte, die Kinder gerne mögen

Seminar-Nr. 226509

Ort	Zoom
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Do, 16.04.2026 (15 – 18 Uhr)
Gebühr	MG 55 €, NMG 69 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG

AKTUELLES AUS DER ERNÄHRUNGS- UND NATURSTOFF- MEDIZIN

Ernährung als Medizin betrifft jeden, jeden Tag, persönlich und beruflich, in Prävention und Therapie. In dieser Fortbildung geht es um neue Erkenntnisse und Trends aus der Welt der Ernährungsmedizin und Naturstoffforschung. Wir blicken auf den „verborgenen Schatz“ der Naturstoffe und beleuchten ihr großes Potential für Prävention und Therapie. Neben neuen Erkenntnissen, theoretischen Grundlagen und interessanten ernährungsmedizinischen Fragestellungen, gibt es eine Menge praktischer Anregungen und neuer Impulse für Ihre Ernährungsberatungspraxis. 16 LE

INHALTE

- ▶ Personalisierte Ernährungsstrategien. Wir beleuchten den aktuellen Wissensstand zu diesem Trendthema, u.a. wie Nährstoffe mit unseren Genen interagieren und darüber auf individuelle Weise Gesundheit und Krankheitsrisiken beeinflussen. Was ist praktikabel, was können wir in der Beratungspraxis umsetzen?

- ▶ Ernährung und psychische Gesundheit. Wie können Ernährungsinterventionen die Stimmung, Kognition und allgemeines psychisches Wohlbefinden beeinflussen? Wir stellen uns einer kritischen Interpretation von Untersuchungsergebnissen und Ableitung von Empfehlungen für die Beratungspraxis.
- ▶ Bioaktive Substanzen und sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe. Unter bioaktiven Substanzen versteht man alle Stoffe, die eine biologische Wirkung auf lebende Organismen haben. Deren Erforschung ist in vollem Gange, da sie Schutz vor vielen Erkrankungen bieten könnten. Auch in unserer Nahrung finden sich neben den essenziellen Nährstoffen, Vitaminen, sekundären Pflanzenstoffen usw. eine Vielzahl dieser bedeutenden Begleitstoffe. Sie spielen eine bedeutende Rolle bei der Unterstützung der Immunfunktion im Kampf gegen Infektionen und Krankheiten. Wir untersuchen Anwendungsbeispiele für die Beratungspraxis.

ZIELGRUPPE

Fachkräfte aus dem Ernährungs- und Gesundheitsbereich und Interessierte, die sich ein vertieftes Wissen aneignen wollen.

Seminar-Nr. 226510

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Wolfgang Haas
Termin	Fr, 17.04. (17 Uhr) – So, 19.04.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG DER ERNÄHRUNGS- FÜHRER ZU MEHR LEBENSMITTELQUALITÄT

Möchten Sie besser durch den Informationsdschungel rund um das Thema Essen und Trinken finden? In diesem Seminar lernen Sie verschiedene Ansätze zur Qualität von Lebensmitteln kennen, bekommen Einblicke, wie die Lebensmittelindustrie über gezieltes Marketing uns zum Kauf verführt. Sie erhalten viele Tipps und Tricks, wie Sie beim Einkaufen gezielt gute Produkte finden.

Das Seminar bietet Hilfestellungen für einen guten, gesunden und genussvollen Umgang mit Lebensmitteln – vom Einkauf bis zur Zubereitung. 16 LE

INHALTE

- ▶ Lebensmittelqualität - ein Überblick
- ▶ Lebensmittelsiegel – was steckt dahinter
- ▶ Health Claims – gesundheitsbezogene Aussagen
- ▶ Herkunftsangaben, Kennzeichnung tierischer Bestandteile
- ▶ Gentechnik
- ▶ Einkaufstipps

Seminar-Nr. 226511

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Alexander Wüst
Termin	Sa, 25.04. (9:30 Uhr) – So, 26.04.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG PRINZESSIN GÄNSEBLÜMCHEN UND KÖNIG LÖWENZAHN

Wer kennt sie nicht, das zarte, kleine Gänseblümchen und das kraftvolle Sonnenglanzwesen, den Löwenzahn. Gerade diese beiden so wohl bekannten, als auch kraftvollen Heilpflanzen können wir gut mit unseren Kindern erforschen. An diesem Tag stelle ich Ihnen noch weitere spezielle „Kinderpflanzen“ vor und was Sie zur praktischen Anwendung wissen sollten. 8 LE

INHALTE

- ▶ Vorstellung von verschiedenen „Kinder-Heilpflanzen“ und deren Wirkung auf körperlicher und seelisch-geistiger Ebene
- ▶ Zubereitung eines Kräutersalzes und einer Kräuterbutter
- ▶ Zubereitung eines „Heile-Heile-Segen“-Tees aus den Schätzen der Natur

Seminar-Nr. 226512

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Jutta Gebauer
Termin	Mi, 20.05.2026 (9:30 – 17 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr

NEUE THEMEN! WEITERBILDUNG DARM & MIKROBIOM AKTUELL

Das komplexe Zusammenspiel zwischen Ernährung, Darmschleimhaut und Mikrobiom auf der einen Seite sowie Stoffwechsel und Immunsystem auf der anderen, fasziniert die medizinische Forschung wie kaum ein anderes Thema und hat zu völlig neuen Ansätzen in der Prävention und Therapie verschiedenster Krankheiten geführt. Wir blicken in dieser Fortbildung auf die neuesten Erkenntnisse aus der Forschung und beleuchten, wie dieses Wissen in Ernährungsberatung, Komplementär- und Präventivmedizin praktisch umgesetzt werden kann. Weitere Schwerpunkte sind: Fallbasiertes Training für mehr Sicherheit und Kompetenz in Diagnose und Behandlung von Bauchproblemen, individualisierte Darm-sanierung und darmgesunde Ernährungsweise. Möglichkeit zur Vernetzung und zum Austausch von Best Practices unter Fachleuten und Teilnehmenden, die neu im Thema sind. 16 LE

INHALTE

- ▶ Aktueller Forschungsstand und Empfehlungen rund um die Themen Mikrobiom, Darmschleimhaut, medizinisch relevante Probiotika und Präbiotika
- ▶ Aus der Praxis für die Praxis: Bauchprobleme erfolgreich lösen durch Training in strukturierter Fallanalyse, Stuhlbefundinterpretation und Umgang mit Mikrobiom-Analysen anhand kniffliger Fallgeschichten
- ▶ Das weibliche Mikrobiom in der Beratungspraxis: Frauengesundheit ganzheitlich fördern
- ▶ Neues aus der Diagnostik von Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- ▶ Zielgruppe: Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich und Interessierte, die sich ein vertieftes Wissen zum Thema Darmgesundheit und damit assoziierten Themen aneignen wollen.

Seminar-Nr. 226513

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Wolfgang Haas
Termin	Fr, 12.06. (17 Uhr) – So, 14.06.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG FRAUENKRÄUTER

Viele Heilpflanzen haben sich einen festen Platz in der Frauenheilkunde erobert und immer mehr Frauen greifen auf das uralte Wissen um die Frauenkräuter zurück. Frauenmantel, Rotklee oder Schafgarbe sind wohl die bekanntesten Frauenheilkräuter von früher und heute. Doch es gibt noch viel mehr Frauenkräuter zu entdecken, einige davon wirken regulierend auf das Hormonsystem. In diesem Seminar lernen Sie die Wirkstoffe verschiedener kraftvoller Frauenkräuter kennen, und wie

Sie diese am besten für sich nutzbar machen können. Sie erfahren interessante Möglichkeiten der Verarbeitung und Verwendung. 16 LE

INHALTE

- ▶ Vorstellung wichtiger „wilder“ Frauenkräuter
- ▶ Hormonwirksame Küchenkräuter
- ▶ Kennenlernen verschiedener Anwendungsformen
- ▶ Sinnvolle Anwendung bei hormonellen Themen
- ▶ Praxis: Gemeinsame Herstellung verschiedener Produkte, z. B. einer Frauenheilsalbe

Seminar-Nr. 226514

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Jutta Gebauer
Termin	Sa, 13.06. (9:30 Uhr) – So, 14.06.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG DIE NATUR FÜR SICH ENTDECKEN

NEU

Zur Pflanzenheilkunde zählen nicht nur Heilkräuter, sondern auch Knospen, Blüten, Früchte, Bäume (Hölzer) oder Wurzeln. Das ist vielen, vor allem Kindern, nicht bewusst. Heilpflanzen enthalten Wirkstoffe, die schon seit Jahrhunderten in der Medizin genutzt werden. Doch Pflanzen können noch viel mehr als heilen. Wir wollen in diesem Seminar hinausge-

hen auf Wiesen und in den Wald und die entspannende Wirkung spüren, die für Kinder und Erwachsene so wichtig ist. Wir lernen Pflanzen kennen, ernten und bereiten daraus verschiedene Köstlichkeiten zu. 8 LE

INHALTE

- ▶ Kräuter in der Natur erkennen und ernten
- ▶ Die entspannende Wirkung der Natur
- ▶ Mit Pflanzen die Sinne aktivieren
- ▶ Tee aus frischen Wildkräutern und weitere Leckereien zubereiten

Seminar-Nr. 226515

Ort	Tecklenburg
Referentin	Petra Höner
Termin	Sa, 20.06.2026 (9 – 16 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG KRÄUTER IN DER KITA

NEU

Hurra, es wächst! Und was machen wir daraus?

Kinder sind begeistert dabei, wenn es um das Sammeln von Kräutern im Garten und auf der Wiese geht. Doch wie geht es dann weiter? In diesem praktisch orientierten Seminar erfahren Sie, wie die Kräuterschätze richtig geerntet und weiterverarbeitet werden. Die Kinder haben Freude am Experimentieren mit den

Pflanzen und können sich bei der Zubereitung interessanter Rezepte und einfacher Pflegeprodukte beteiligen. 8 LE

INHALTE

- ▶ Kräuter richtig ernten und aufbewahren
- ▶ Mit Pflanzen experimentieren
- ▶ Herstellen einfacher Pflegeprodukte wie Salben, Balsam oder Seifen
- ▶ Feine Teekompositionen
- ▶ Rezepte, die bei Kindern gut ankommen

Seminar-Nr. 226516

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Di, 23.06.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG NATURERLEBNISSE IM WALD FÜR KINDER

Mit allen Sinnen durch den Wald

Der Lebensraum Wald regt die Fantasie und Kreativität von Kindern an. Zudem lernen sie die Pflanzen im Wald und den Umgang damit kennen. Für Kinder sind Naturerlebnisse von besonderer Bedeutung, sie fördern ihre Aufmerksamkeit und Konzentration und tragen zur Persönlichkeitsentwicklung bei.

Kinder lieben den Wald und seine Schätze, die es zu entdecken gibt. In diesem Seminar tauchen Sie mit allen Sinnen ein in die Erlebniswelt des Waldes, entdecken Kräuter und Pflanzen und erfahren, was daraus gezaubert werden kann. 8 LE

INHALTE

- ▶ Entdeckungs-Spaziergang durch den Wald
- ▶ Sinnes- und Wahrnehmungsübungen
- ▶ Experimente, Spiele, Geschichten
- ▶ Rezepte und Leckereien

Seminar-Nr. 226517

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Mi, 10.06.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG MIT HEILPFLANZEN- WISSEN SPIELEN

Wie wir den Pflanzenhorizont erweitern
und nachhaltig lernen

Wer sich für Heilpflanzen interessiert, merkt bald, dass das allgemeine und das persönliche Heilpflanzenwissen andauernd weiter wachsen. Zu den wissenschaftlichen Fakten kommen eigene Erfahrungen sowie Geschichten und Anekdoten aus aller Welt. Und die eigene Bilder-Sammlung – egal ob gezeichnet oder fotografiert – wächst auch immer weiter. Was

können wir damit machen? Wir können spielen! An diesem Wochenende spielen wir mit dem, was wir über Heilpflanzen wissen – egal ob viel oder wenig – und wir sammeln Ideen, wie auch Erwachsene spielend miteinander lernen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Merkwürdige Pflanzen merke ich mir
- ▶ Kennen lernen, vergessen, wiederholen
- ▶ Miteinander und gegeneinander spielen
- ▶ Rate-Spiele, Wort-Spiele, Rollen-Spiele
- ▶ Spiele finden und erfinden
- ▶ Wissenslücken überspielen

Seminar-Nr. 226518

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Barbara Hauck-Stüber
Termin	Fr, 10.07. (16 Uhr) – So, 12.07.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG DIE HEILKRAFT DES WALDES

Der Aufenthalt im Wald tut uns gut. Er steigert unser Wohlbefinden und wirkt sich positiv auf Körper und Geist aus. Die heilenden Kräfte des Waldes sind die ursprünglichste Form der Heilkunde. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den verschiedenen Aspekten des Waldes. Sie erfahren altes Volkswissen und neue Erkenntnisse über die Kräfte des Waldes und wie die Pflanzen des Waldes in verschiedenen Darreichungsformen verwendet werden können. Erfahren Sie in Stille die Waldatmosphäre bei achtsamen Spaziergängen. 16 LE

INHALTE

- ▶ Wirkung des Waldes auf unseren Organismus
- ▶ Bäume, Pflanzen und Kräuter des Waldes – ihre Wirkung und Heilkraft
- ▶ Ätherische Öle des Waldes
- ▶ Achtsame Spaziergänge im Wald
- ▶ Praxis: Herstellen von Produkten aus Pflanzen des Waldes wie Tinkturen, Salben, Tees, Zusätze für Wickel und Bäder

Seminar-Nr. 226519

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Fr, 17.07 (17 Uhr) – So, 19.07.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG WILDE KRÄUTER- APOTHEKE

Dieses Wochenende steht ganz im Zeichen des Kennenlernens und der Verarbeitung von wilden Heilpflanzen und Kräutern. Was gibt es schöneres, als die eigene Medizin achtsam in der Natur zu sammeln und diese dann zuhause zur eigenen Hausapotheke weiterzuverarbeiten? Erfahren Sie an diesem Wochenende, warum die selbst hergestellte Medizin „unschlagbar“ ist und wie Sie die Schätze der Natur auf einfachste Art und Weise selbst herstellen können. 16 LE

INHALTE

- ▶ Vorstellung von aktuell wachsenden Heilpflanzen und wilden Kräutern, die sich für die wilde Hausapotheke eignen
- ▶ Wirkung auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene
- ▶ Herstellung einer Pflanzentinktur
- ▶ Herstellung eines Heilpflanzenöles
- ▶ Herstellung einer Heilsalbe

Seminar-Nr. 226520

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Jutta Gebauer
Termin	Sa, 11.07. (9:30 Uhr) – So, 12.07.2026 (16 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr



WEITERBILDUNG KINDERLEICHTE KRÄUTER- KOSMETIK



Aus dem was die Natur und
der Kühlschrank uns bieten

In der Regel besitzen Kinder eine intakte Haut, die keine speziellen Pflegeprodukte benötigt. Um alle Sinne zu erleben, ist ein Peeling oder eine selbst gemachte Körpercreme für die Kinder ein Erlebnis. Die Kinder lieben Düfte und haben an selbst hergestellter Kosmetik, wie beispielsweise an Lippenpflege-

stiften eine große Freude. In diesem Seminar erhalten Sie viele praktische Tipps, wie für und mit Kindern einfache Pflegeprodukte aus natürlichen Materialien hergestellt werden können. Körperpflege wird zu einem Erlebnis für alle Sinne – natürlich auch für die Eltern und pädagogischen Fachkräfte. 4 LE

INHALTE

- ▶ Kräuter, die gut für die Haut sind
- ▶ Kinderleichte Rezepte für Kräuterkosmetik
- ▶ Tipps für die praktische Anwendung

Seminar-Nr. 226521

Ort	Zoom
Referentin	Petra Höner
Termin	Mi, 15.07.2026 (15 - 18 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG 69 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG HEILKRÄUTER- WERKSTATT

NEU

Mit vielen Ideen zum Selbermachen

Wollten Sie schon immer einmal Naturkosmetik selbst herstellen oder wissen, wie Tinkturen oder Mazerate gemacht und wie sie eingesetzt werden? In diesem Praxis-Seminar haben Sie die Gelegenheit, die vielfältigen Anwendungs- und Verarbeitungsmöglichkeiten von Heilkräutern selbst auszuprobieren. Sie erfahren, wie Sie Kräuterseifen, Cremes und Salben herstellen können oder komponieren

Ihren eigenen Kräutertee für Ihr Wohlbefinden und zur Linderung kleiner Befindlichkeitsstörungen. Auch ökologische Alternativen mit Kräutern für die Pflege von Haushalt und Wäsche lernen Sie kennen. Lassen Sie sich inspirieren, wie vielfältig Sie Heilkräuter in Ihren Alltag integrieren und damit Ihr Wohlbefinden erhöhen können. 16 LE

INHALTE

- ▶ Herstellung natürlicher Pflegemittel mit Kräutern: Salbe, Balsam, Seife
- ▶ Kräutertees für Gesundheit und Wohlbefinden

- ▶ Ökologische Pflegemittel für Haushalt und Wäsche
- ▶ Tinkturen, Mazerate u. a. selbst gemacht
- ▶ Ätherische Öle und ihre Zubereitungen zum Wohlfühlen

Seminar-Nr. 226522

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Sa, 25.07. (9:30 Uhr) – So, 26.07.2025 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG WAS PFLANZENFARBEN ALLES KÖNNEN

Das Färben mit Naturfarben aus Pflanzen hat eine lange Tradition. Aus fast allen Pflanzen lassen sich Farben gewinnen. Welche Pflanzen sich besonders gut eignen und wie daraus Farbstoffe hergestellt werden, erfahren Sie in diesem Seminar. Pflanzenfarben können vielfältig eingesetzt werden, beispielsweise um Wolle, Decken oder T-Shirts zu färben oder einen Tuschkasten zusammenzustellen – das macht Kindern und Erwachsenen gleichermaßen Freude. Im Seminar erfahren Sie die verschiedenen Techniken und deren kreative Umsetzung. 8 LE

INHALTE

- ▶ Vorstellung geeigneter Pflanzen zum Färben
- ▶ Malen mit Kräuterfarben
- ▶ Stoffe und Wolle färben
- ▶ Herstellen eines Tuschkastens

Seminar-Nr. 226523

Ort	Tecklenburg
Referentin	Petra Höner
Termin	Mi, 09.09.2026 (9 – 16 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr



INSTAGRAM: @sebastian_kneipp_akademie_de



WEITERBILDUNG KRÄUTER ZUM WOHLFÜHLEN FÜR SENIOREN



Weiterbildung für Fachpersonal in
Senioren- und Pflegeeinrichtungen

Heilkräuter tragen – auch bei Hochbetagten und Pflegebedürftigen – dazu bei, die Lebensqualität zu verbessern und zu erhalten. Teezubereitungen, Massageöle, Auflagen mit Kräu-

tern helfen, das Wohlbefinden zu erhöhen. Lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen, die sich ohne großen Aufwand umsetzen lassen. 4 LE

INHALTE

- ▶ Herstellen von Massageölen
- ▶ Kräuter- und Augenkissen zur Entspannung
- ▶ Teezubereitungen
- ▶ Wohltuende Kräuter für Körper und Haut

Seminar-Nr. 226524

Ort Zoom

Referentin Petra Höner

Termin Mi, 23.09.2026 (15 – 18 Uhr)

Gebühr MG 54 €, NMG 69 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG HEILPFLANZEN FÜR STARKE NERVEN UND GUTEN SCHLAF BEI SENIOREN

NEU

Weiterbildung für Fachpersonal in
Senioren- und Pflegeeinrichtungen

Im Alter können die Ursachen von Schlafstörungen oder eines fragilen Nervensystems sehr vielfältig sein. Wohl bekannt sind die Nerven- und Schlafkräuter Lavendel, Baldrian und

Johanniskraut. In dieser Weiterbildung lernen Sie verschiedenste Heilpflanzen für einen erholsamen Schlaf und „starke“ Nerven kennen und anwenden. 8 LE

INHALTE

- ▶ Heilpflanzen für starke Nerven
- ▶ Heilpflanzen zur Förderung und Unterstützung eines erholsamen Schlafes
- ▶ Inhaltsstoffe und traditionelle Anwendungen
- ▶ Praxis: Herstellen verschiedener Produkte

Seminar-Nr. 226525

Ort Bad Wörishofen

Referentin Jutta Gebauer

Termin Do, 24.09.2026 (9:30 – 17 Uhr)

Gebühr MG 129 €, NMG 155 € + 5 €
Materialkosten,
reine Seminargebühr

Kneipp bringt
Menschen in Bewegung.
Wir bringen sie nach oben.

**NEEB AUFZÜGE –
mit Herz für 5 gewinnt.**



„Das Original seit 1981 in Kleinostheim“.



www.neeb-aufzuege.com

**WEITERBILDUNG
ERNÄHRUNG
BEI DEMENZ****Weiterbildung für Fachpersonal in
Senioren- und Pflegeeinrichtungen**

Bei Menschen mit Demenz lässt häufig der Geschmackssinn und das Gefühl von Hunger und Durst nach. Deshalb ist für sie eine abwechslungsreiche Ernährung mit festen Essenszeiten wichtig, um eine ernährungsbedingte Verschlechterung der Demenz zu vermeiden. In diesem Seminar erfahren Sie, wie die Lust

am Essen wieder gesteigert werden kann, wie mit der Vorliebe für süße Speisen umgegangen werden soll und die Speisen ansprechend präsentiert werden. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Vermeidung einer unzureichenden Nährstoffversorgung bei Demenzerkrankten. Zu all diesen Themen erhalten Sie wichtige Tipps und Hinweise. 8 LE

INHALTE

- ▶ Kurze Zusammenfassung der anatomischen Veränderungen im Laufe des Lebens

- ▶ Ernährungsprobleme bei Demenz
- ▶ Tipps zur Verbesserung der Nährstoffversorgung und Steigerung des Appetits

Seminar-Nr.	226526
Ort	Zoom
Referentin	Bettina Knörr
Termin	Fr, 25.09. (16 Uhr) – Sa, 26.09.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 95 €, NMG 119 €, reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
HEILKRÄUTER IM
PFLEGEALLTAG****Weiterbildung für Fachkräfte
in der Pflege**

Heilpflanzen regen unsere Selbstheilungskräfte an und eignen sich bestens zur Gesundheitsförderung und Linderung von Befindlichkeitsstörungen in der Pflege. Ebenso können sie eine begleitende, sanfte Unterstützung einer medizinischen Behandlung sein. In dieser Weiterbildung werden die Wirkstoffe ausgewählter Heilkräuter und de-

ren vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten in der Pflege vorgestellt. Sie erfahren, welche Heilpflanzen in welcher Form bei verschiedenen Pflegeindikationen eingesetzt werden können, beispielsweise als Tee, Öle, Salben, Bäder, Wickel und Auflagen. Ein Einblick in die Anwendung von ätherischen Ölen in der Pflege ergänzt die Fortbildung. 16 LE

INHALTE

- ▶ Einsatz von Heilpflanzen in der Pflege
- ▶ Inhaltsstoffe und Wirkungen ausgewählter Heilkräuter
- ▶ Anwendungsmöglichkeiten in der Pflege

- ▶ Anwendungsformen: Tee, Öle, Salben, Spülungen, Bäder, Wickel und Auflagen
- ▶ Einführung in die Anwendung ätherischer Öle in der Pflege

Seminar-Nr.	226527
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Sa, 03.10. (9:30 Uhr) – So, 04.10.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 Materialkosten, reine Seminargebühr

**WEITERBILDUNG
DIE MIKROBIOM-
KÜCHE – KÖSTLICHE
REZEPTE FÜR EIN
GESUNDES MIKROBIOM**

Ein gesundes Mikrobiom ist der Schlüssel zu unserer Gesundheit und mehr Wohlbefinden. Als Mikrobiom bezeichnet man die Gesamtheit aller Mikroorganismen (u. a. Bakterien, Viren), die den Menschen besiedeln. Von besonderer Bedeutung ist das Darm-Mikrobiom. Es kann das Immunsystem, den Stoffwechsel und das Hormonsystem beeinflussen. Zahlreiche Studien belegen die Wichtigkeit eines

gut funktionierenden Mikrobioms. Doch was kann man selbst tun, um sein Mikrobiom bestmöglich aufzubauen und zu erhalten? Die Zusammensetzung ist sehr variabel und wird unter anderem von der Ernährung beeinflusst. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihre Ernährung optimal gestalten und damit langfristig ein gut funktionierendes Mikrobiom erlangen können. Alltagstaugliche Rezepte, die wir gemeinsam zubereiten, und viele Tipps helfen Ihnen dabei. 16 LE

INHALTE

- ▶ Kompakte Informationen zum Mikrobiom
- ▶ Was bedeutet darmgesunde Ernährung?

- ▶ Praktische Tipps und Tricks für den Alltag, von Ballaststoffen bis Fermentation
- ▶ Rezepte aus der Mikrobiom-Küche, inklusive Umsetzung leichter Rezepte und Verkostung verschiedener Produkte

Seminar-Nr.	226528
Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Ines Rosenthal
Termin	Sa, 03.10. (9:30 Uhr) – So, 04.10.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 € + 10 € Materialkosten, reine Seminargebühr

Kneipp
VEREIN

👉 **NOCH KEIN MITGLIED?**

Dann werde jetzt Teil der Kneipp-Gemeinschaft –
und profitiere von exklusiven Vergünstigungen auf die
Kurse der Sebastian-Kneipp-Akademie!

💡 Mit dem QR-Code findest du Kneipp-Vereine ganz in deiner Nähe.





WEITERBILDUNG WOHLFÜHLEN MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN

NEU

Ätherische Öle wirken auf körperlicher und seelischer Ebene. Ihnen werden vielfältige Wirkungsweisen zugeschrieben, so können sie in Stresssituationen helfen oder die Konzentrationsfähigkeit verbessern. Mit ätherischen Ölen lassen sich auch duftende, pflegende Körperpflegemittel herstellen. In diesem Seminar erfahren Sie die Herstellungsverfahren und Einsatzmöglichkeiten

dieser hochkonzentrierten Pflanzen-Essenzen und auch den achtsamen Umgang mit ihnen. 8 LE

INHALTE

- ▶ Einführung ins Thema ätherische Öle und Herstellungsverfahren
- ▶ Wirkungen ausgewählter ätherischer Öle
- ▶ Praktische Anwendungen wie Raumspray, Duftmischungen, Roll on u. a.
- ▶ Achtsamer Umgang mit ätherischen Ölen

Seminar-Nr. 226529

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Di, 27.10.2026 (9:30 – 16:30 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 € + 5 € Materialkosten, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG EINSATZ VON KRÄUTERN BEI DEMENZ

Weiterbildung für Fachpersonal in
Senioren- und Pflegeeinrichtungen

Dementielle Krankheiten nehmen mit dem Alter zu und seit vielen Jahren wird ein deutlicher Anstieg der Demenzerkrankten festgestellt. Die Krankheit stellt große Herausforderungen nicht nur an die Erkrankten selbst, sondern auch an die Angehörigen und Pflegekräfte. Wie kann die Lebensqualität von allen Beteiligten erhöht werden? Eine Möglichkeit ist der

Einsatz von Heilpflanzen. Um kognitive Fähigkeiten im Alter möglichst lange zu erhalten, ist es wichtig, alle Sinne regelmäßig zu aktivieren. Dafür sind Kräuter besonders gut geeignet. Sie rufen Erinnerungen wach, trainieren den Tast-, Geruchs- und Geschmackssinn und vermitteln neues Wissen. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, wie Kräuter hier eingesetzt werden können. In der Entspannung, für die Gefühle und Geschmackssinne. 8 LE

INHALTE

- ▶ Kräuter, die Erinnerungen wachrufen
- ▶ Sinnesübungen mit versch. Kräutern

- ▶ Kräuter für das Gedächtnis
- ▶ Fußbäder
- ▶ Kräuterkissen und Massageöle
- ▶ Kräuter anpflanzen

Seminar-Nr. 226530

Ort	Tecklenburg
Referentin	Petra Höner
Termin	Mi, 04.11.2026 (9 – 16 Uhr)
Gebühr	MG 129 €, NMG 155 €, reine Seminargebühr

NEUE THEMEN!

WEITERBILDUNG FASTENWELT AKTUELL - NEUE INSPIRATIONEN

Fachfortbildung für Kursleiter/-innen Fasten und für die Bereiche Ernährung, Heilfasten und Kurzzeitfasten spezialisierte Personen. Als jährlich stattfindendes Fortbildungsangebot möchten wir neue Ideen und Inhalte für die Gestaltung eigener Fastenangebote bieten, sowie neue Entwicklungen und Trends für die fachgerechte Betreuung fastender Menschen aufzeigen. Eine ganzheitlich orientierte The-

menauswahl ermöglicht es, neue Optionen kennenzulernen und fachlich auf dem Laufenden zu bleiben. 16 LE

INHALTE

- ▶ Aktuelle Erkenntnisse aus der Fastenforschung und ihre praktische Bedeutung für Prävention und therapiebegleitende Konzepte
- ▶ Fastenprotokolle zur Steigerung des Operationserfolgs, u.a. was wir vor einer Operation essen sollten (oder nicht)
- ▶ Fasten und Knochengesundheit: Was wissen wir? Angepasste Fastenprotokolle

für Frauen nach der Menopause

- ▶ Fasten, Darmgesundheit und Mikrobiom: Wie passt das zusammen, was gilt es zu beachten?

Seminar-Nr. 226531

Ort	Bad Wörishofen
Referent	Wolfgang Haas
Termin	Fr, 13.11. (17 Uhr) – So, 15.11.2026 (12 Uhr)
Gebühr	MG 229 €, NMG 259 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG IMMUNSTARK DURCH DEN WINTER

NEU ONLINE

Ein starkes Immunsystem schützt uns vor Infektionen. Wie können wir das Immunsystem unserer Kinder winterfit machen? Dafür sind die 5 Elemente von Sebastian Kneipp bestens geeignet. Erfahren Sie in dieser Weiterbildung, wie Kneipp-Anwendungen, Heilpflanzen, Ernährung, Bewegung und Lebensordnung ge-

zielt und regelmäßig eingesetzt, die Abwehrkräfte unserer Kinder stärken. Und wenn die Erkältung doch auftritt, gibt es ebenfalls Hilfen aus der Kneipp'schen Naturheilkunde. 4 LE

INHALTE

- ▶ Starkes Immunsystem durch gezielten Einsatz aller 5 Elemente nach Kneipp
- ▶ Heilpflanzen und Ernährungsempfehlungen zur Stärkung der Abwehrkräfte
- ▶ Kneipp'sche Naturheilkunde bei Erkäl-

tungssymptomen

- ▶ Einfache Tipps und Rezepte

Seminar-Nr. 226532

Ort	Zoom
Referentin	Gabriele Baumeister
Termin	Di, 17.11.2026 (15 – 18 Uhr)
Gebühr	MG 54 €, NMG 69 €, reine Seminargebühr

VEREINS-
MANAGEMENT

Die Kneipp-Vereine leisten bundesweit einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag für eine gesunde und natürliche

Lebensweise. Hierfür müssen täglich viele Aufgabenstellungen koordiniert und bewältigt werden. Die Vereinsarbeit steckt

dabei voller Herausforderungen. Mit unseren Seminaren möchten wir Vereinsleiter/-innen und Vorstandsmit-

glieder im Kneipp-Verein auf die Anforderungen eines professionellen Vereinsmanagements vorbereiten.

UNSER TIPP:

BASISKURS
KNEIPP-EINFÜHRUNGSKURS (SEITE 9)

BESCHREIBUNG:

Dieses Seminar eignet sich besonders für alle, die einen fundierten Einstieg in das ganzheitliche Gesundheitskonzept von Sebastian Kneipp suchen. Sie lernen die fünf Kneipp-Elemente in Theorie und Praxis kennen und erhalten wertvolle Anregungen, wie Sie diese in Ihr eigenes Leben oder in Ihre Arbeit im Kurs und Kneipp-Verein integrieren können. Unsere erfahrenen Referentinnen und Referenten vermitteln praxisnahes Wissen, das Sie direkt anwenden können. Begleitende Unterlagen unterstützen Sie dabei, das Gelernte nachhaltig zu vertiefen.

WEITERBILDUNG
DER VEREINS-
FÜHRERSCHHEIN

Vereine übernehmen vielfältige Aufgaben und unterstützen den Staat in der Ausführung seiner Grundaufgaben. Auch in Zukunft werden Vereine dringend für die Gestaltung unserer Kultur gebraucht. Allerdings sehen sich Vereine immer größeren Herausforderungen gegenüber. Über 80 Prozent der Vereine haben Probleme, ihre Führungspositionen zu besetzen. Darüber hinaus stellen sich Fragen zur zukunfts- und mitgliederorientierten Vereinsgestaltung, Führung und Motivation, rechtlichen Aspekten und vielem mehr. Unsere Online-Fortbildung besteht aus sieben Modulen und bietet VereinsvertreterInnen die Möglichkeit, sich zukunftsgerecht aufzustellen und somit einen wichtigen Beitrag für unser kulturelles und gesellschaftliches Leben zu leisten. Fer-

ner soll es den Teilnehmenden Sicherheit zur inhaltlichen Ausgestaltung ihres Amtes geben. Gleichzeitig ist es das Ziel, Vorbehalte in Bezug auf die Übernahme eines Ehrenamtes abzubauen. Die einzelnen Module befassen sich jeweils mit einem speziellen Thema des Vereinsmanagements. 14 LE

- MODUL 1:** Vereinsvorstand – Was nun?
MODUL 2: Vereinsrecht – „Mit einem Fuß im Gefängnis?“
MODUL 3: Vereinssteuerrecht – Wege durch den „Dschungel“
MODUL 4: Und dann ist ja noch die Sache mit dem Datenschutz...
MODUL 5: Die Mitgliederversammlung – Oberstes Organ des Vereins
MODUL 6: Motivierte Mitglieder – Das wär's!
MODUL 7: Vorstandsmitglieder dringend gesucht!

Seminar-Nr. 226901

Ort Zoom
 Leitung Karl Bosch

Termine	Modul 1	Mi, 10.06.2026
	Modul 2	Mi, 17.06.2026
	Modul 3	Mi, 24.06.2026
	Modul 4	Mi, 01.07.2026
	Modul 5	Mi, 15.07.2026
	Modul 6	Mi, 22.07.2026
	Modul 7	Mi, 29.07.2026

Beginn jeweils 18:30 bis 20:00 Uhr
 Gebühr MG 132 €, NMG 198 €, reine Seminargebühr

Einzelbuchung möglich: MG 22 €, NMG 33 €
 Bei Buchung der gesamten Reihe erhalten Sie ein Modul kostenfrei gegenüber der Einzelbuchung aller Termine.

WEITERBILDUNG
MARKETING IM
KNEIPP-VEREIN

Sie möchten Ihren Kneipp-Verein bekannter machen und neue Mitglieder gewinnen? Sie fragen sich, wie Sie Ihre Veranstaltungen und Angebote attraktiv präsentieren können? Sie suchen nach Möglichkeiten, Ihre Kooperationspartner und Förderer zu überzeugen? Dann sind Sie bei diesem Online-Seminar genau richtig! Hier erfahren Sie, wie Sie ein professionelles und zielgruppengerechtes Marketing für Ihren Kneipp-Verein gestalten können. Lernen Sie die Grundlagen und Instrumente

des Marketings kennen und nutzen Sie die Chance, Ihre Fragen und Anliegen mit anderen Vereinsvertretern auszutauschen. 2 LE

INHALTE

- ▶ Verwendung Logo/Fotos
- ▶ Flyer/Drucksachen
- ▶ Vereins-Webseite
- ▶ Öffentlichkeitsarbeit
- ▶ Pressearbeit
- ▶ Soziale Medien
- ▶ Sponsoring

ZIELGRUPPE

Kneipp-Vereinsleiter bzw. Marketing-Beauf-

trage im Kneipp-Verein. Die max. Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt.

Seminar-Nr. 226903

Ort Zoom
 Leitung Karin Kövi
 Termin Mo, 03.02.2026
 (18:30 – 20:00 Uhr)
 Gebühr Die Teilnahme am Seminar ist für Kneipp-Vereinsleiter bzw. Marketing-Beauftragte im Kneipp-Verein kostenfrei.

WEITERBILDUNG FRISCH INS AMT GEWÄHLT?

Seminar für neue Vereinsvorstände

Sie sind erst kürzlich (letzte 18 Monate) neu in eine verantwortungsvolle Position in Ihrem Verein gewählt worden oder spielen mit dem Gedanken zukünftig ein solches Amt zu übernehmen? Hierfür müssen im Verein die unterschiedlichsten Aufgabenstellungen koordiniert und bewältigt werden. Die Vereinsarbeit steckt dabei voller Herausforderungen. In diesem Seminar wollen wir Sie auf die Anforderungen eines professionellen Vereinsmanagements vorbereiten und gleichzeitig den Blick auf die Arbeit und Unterstützung richten, die der Kneipp-Bund e.V. als Dachverband der Kneipp-Vereine leistet. In diesem Sinne wollen wir Ihnen die Strukturen, Ansprechpartner/

-Innen und Projekte des Kneipp-Bundes näherbringen – um gemeinsam die Zukunft der Kneipp-Bewegung aktiv zu gestalten. 12 LE

ZIELGRUPPE

Neu gewählte Vereinsvorstände und solche, die es werden wollen. Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt. Bitte haben Sie Verständnis, dass pro Verein maximal ein/e Vertreter/in teilnehmen kann.

Seminar-Nr. 225902

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Thomas Hilzensauer
Termin	Sa, 31.01.2026 09:30 Uhr – 17 Uhr
Gebühr	Die Teilnahme am Seminar ist für Mitglieder im Kneipp-Verein mit gültigem Mitgliedsausweis kostenfrei.

Seminar-Nr. 226902

Ort	Bad Wörishofen
Leitung	Andrea Pielen
Termin	So, 31.08. (14 Uhr) Mo, 01.09.2026 (13 Uhr)
Gebühr	Die Teilnahme am Seminar ist für Mitglieder im Kneipp-Verein mit gültigem Mitgliedsausweis kostenfrei.

WEITERBILDUNG INSTAGRAM – SO FUNKTIONIERT'S



Um als „Kneipp-Familie“ wahrgenommen zu werden und die Sichtbarkeit zu steigern, ist es wichtig, in den sozialen Medien aktiv zu sein. So wird mehr Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit gewonnen und es können neue Zielgruppen erreicht werden. Instagram bietet Kneippvereinen die Möglichkeit, die Kneipp-Philosophie einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Sie können zeigen, wie sie mit ihren Kursen und Veranstaltungen einen Beitrag zur Gesundheitsförderung leisten und wie sie sich für eine nachhaltige und umweltbewusste Lebensweise einsetzen. Wir empfehlen Ihnen daher, an unserem Online-Seminar teilzunehmen, um Unterstützung, Tipps und Tricks rund um Instagram zu erhalten. 2 LE

INHALTE

- ▶ Konzeption eines Instagram-Kanals
- ▶ Zielgruppenbedürfnisse
- ▶ Inhaltskategorien von Postings
- ▶ Beitragserstellung: Text und Bild
- ▶ Funktionsweise des Algorithmus
- ▶ Verwendung von Hashtags
- ▶ Basiswissen Community Management
- ▶ Grundregeln zur Kommunikation auf Instagram

HINWEIS

Dieses Online-Seminar richtet sich an Instagram-Anfänger und gibt Ihnen Unterstützung, Tipps und Tricks rund um Instagram.

ZIELGRUPPE

Kneipp-Vereinsleiter bzw. Marketing-Beauftragte im Kneipp-Verein. Die max. Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt.

Seminar-Nr. 226904

Ort	Zoom
Leitung	Mirjam Schrepler
Termin	Mo, 21.09.2026 (18:30 – 20 Uhr)
Gebühr	Die Teilnahme am Seminar ist für Kneipp-Vereinsleiter bzw. Marketing-Beauftragte im Kneipp-Verein kostenfrei.

WEITERBILDUNG PRÄVENTION SEXUALISIERTE GEWALT IM SPORT

Zur Prävention sexualisierter Gewalt gehören alle Maßnahmen, die sexualisierte Gewalt im Verein gar nicht erst entstehen lassen und eine Kultur der Aufmerksamkeit und des Hinsehens schaffen. Für PSG-Ansprechpersonen in den Mitgliedsorganisationen des Kneipp-Bund e.V. bietet die Sebastian-Kneipp-Akademie dieses Seminar, das in Kooperation mit dem DOSB durchgeführt wird.

10 LE

INHALTE

- ▶ Die Schulung umfasst Themen wie Zahlen & Fakten zum Thema PSG im Sport
- ▶ Das Hauptaugenmerk liegt auf Wissen, Sensibilisierung und Handlungssicherheit für Vorstände und Vertrauenspersonen im Verein
- ▶ Es werden Strategien gezeigt, wie man mit Betroffenen und Täter/-innen umgeht.
- ▶ Beleuchtet werden Interventionsmöglichkeiten und Kinderschutzmaßnahmen im Sport

ZIELGRUPPE

PSG-Ansprechpersonen in Kneipp-Vereinen, Übungsleiter/-innen, die sich informieren wollen.

Seminar-Nr. 226905

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Pia Huber
Termin	Di, 24.11.2026 (10 bis 17 Uhr)
Gebühr	Die Teilnahme ist kostenfrei

INFO

SOFT SKILLS FÜR IHREN ERFOLG – KLARHEIT, PRÄSENZ UND NEUE UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG FÜR UNSERE ABSOLVENTEN

Ob Sie frisch Ihre Ausbildung abgeschlossen haben, ob Ihre Weiterbildung schon einige Jahre zurückliegt oder ob Sie Ihr Wissen heute ganz neu einsetzen möchten: Alle SKA-Absolvent/innen sind herzlich willkommen. Unsere Softskill-Seminare bieten Ihnen genau das, was Sie brauchen, um Ihr Profil zu schärfen, souverän aufzutreten und Ihre Arbeit noch wirkungsvoller zu gestalten. Die Themen sind so vielfältig wie Ihr Alltag: Achtsamkeit und Meditation für mehr innere Balance, Selbstführung und BodyLeading® für Resilienz und Präsenz, Storytelling und Präsentation für Auftritte, die in Erinnerung bleiben, oder Kommunikation und Telefontraining, um Menschen direkt zu überzeugen.

Und dort, wo Assistenzarbeit Zeit kostet, unterstützt Sie Künstliche Intelligenz: bei Texten, Präsentationen, E-Mails oder Social Media. So gewinnen Sie Freiraum für das, was wirklich zählt – Ihr Gesundheitswissen, Ihre Angebote und die Menschen, die Sie begleiten. Alle Seminare sind einzeln buchbar, praxisnah und interaktiv – online und in Präsenz. So können Sie genau das wählen, was Sie jetzt für Ihre persönliche und berufliche Weiterentwicklung brauchen.

WEITERBILDUNG NEU GESUNDE FÜHRUNG BEGINNT BEI GESUNDER SELBSTFÜHRUNG

NEU

Selbstregulation über den Körper –
mit Embodiment & BodyLeading®

Ob als Führungskraft oder als selbstständige/r Gesundheitsexpert/in: Sie tragen Verantwortung, geben Orientierung und sind oft erste Ansprechperson bei Stress, Veränderung und Erwartungen von außen. Doch wie gelingt es, dabei selbst stabil, klar und präsent zu bleiben? Der Schlüssel liegt in der Selbstführung. Wer sein eigenes Nervensystem regulieren kann, gewinnt Zugang zu innerer Ruhe, Klarheit und Gelassenheit – und schafft so die Grundlage, andere wirksam zu begleiten. In diesem Seminar erleben Sie, wie Embodiment und BodyLeading® zu praktischen Werkzeugen

werden. Sie lernen, Haltung, Atmung und Bewegung bewusst einzusetzen, Stress zu regulieren und souverän aufzutreten – in jedem Kontext, ob mit Kund/innen, Teilnehmenden oder Mitarbeitenden. 10 LE

IHR BENEFIT

Sie steigern Ihre Stressresistenz, gewinnen innere Stabilität und Präsenz, entwickeln eine gesundheitsförderliche Haltung – und nehmen direkt anwendbare Tools für Ihren Alltag mit.

INHALTE

- ▶ Neurowissenschaftliche Grundlagen: wie Körper & Nervensystem Selbstführung prägen
- ▶ Embodiment-Übungen für mehr Stabilität, Energie und Ausstrahlung – erfahrbare wird, wie Haltung, Atmung und Bewegung die innere Verfassung direkt beeinflussen

- ▶ BodyLeading®: gezielte körperorientierte Impulse – besonders wirksam bei Spannungen und festgefahrenen Mustern in Muskulatur, Faszien oder Atmung, alltagstauglich, wirksam und sofort spürbar
- ▶ Regulationsstrategien zur Stressreduktion in anspruchsvollen Situationen
- ▶ Praktische Tools für gesunde Selbstführung – tragfähig für Alltag, Kurse und berufliche Verantwortung

Seminar-Nr. 226601

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Birgit Gmelin-Gossweiler
Termin	So, 01.03.2026, (9:30 – 17:30 Uhr)
Gebühr	MG 152 €, NMG 175 €

WEITERBILDUNG BODYLEADING® DEIN KÖRPER SPRICHT.

NEU



ONLINE

Hör zu, bevor er dich stoppt.

Verspannte Schultern, Druck im Magen, Kopfschmerzen vor Terminen: Ihr Körper sendet Signale, lange bevor Stress sichtbar wird. Doch oft übergehen wir diese Hinweise – bis nichts mehr geht. In diesem Online-Seminar lernen Sie, Körpersignale bewusst wahrzunehmen und als Ressource zu nutzen. BODYLEADING® basiert auf dem Embodiment-Ansatz und damit auf der Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper. Mit

BODYLEADING® entwickeln Sie ein neues Körperbewusstsein, lösen belastende Muster und gewinnen Klarheit, Energie und Präsenz – spürbar im Alltag, in Gesprächen und in Ihrem beruflichen Wirken. 8 LE

IHR BENEFIT

Sie erkennen Stress frühzeitig, stärken Ihre Ausstrahlung, steigern Gelassenheit und setzen Ihren Körper gezielt als Kraftquelle ein.

INHALTE

- ▶ Körpersignale verstehen und nutzen – statt sie zu übergehen
- ▶ Stressmuster erkennen und durch körperorientierte Techniken lösen

- ▶ BODYLEADING®-Übungen für Energie, Stabilität und Gelassenheit
- ▶ Körperpräsenz online und offline bewusst einsetzen
- ▶ Alltagssituationen souverän meistern – mit innerer Balance und neuer Stärke

Seminar-Nr. 226602

Ort	Zoom
Referentin	Birgit Gmelin-Gossweiler
Termin	Teil I: Mo, 02.03. Teil II: Mi, 11.03.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG FINDE DEINEN INNEREN FRIEDEN DURCH ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

Tauchen Sie ein in eine Welt der Achtsamkeit und Meditation, um Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden. In diesem liebevoll gestalteten Workshop lernen Sie Techniken, die Ihnen helfen, im hektischen Alltag Gelassenheit und Balance zu bewahren. Atemübungen fördern die Entspannung und stärken Ihre mentale Resilienz. Nach dem Kurs fühlen Sie sich zentriert, erfrischt und voller innerer Stärke – bereit, die Herausforderungen des Lebens und des beruflichen Alltags mit ruhi-

gem Geist und offenem Herzen anzugehen. Diese Praxis unterstützt nachhaltig Ihre Widerstandsfähigkeit und fördert Ihre persönliche Entwicklung. 10 LE

INHALTE

- ▶ Schritt 1: Meditation zur inneren Ausrichtung – Gedanken und Gefühle beobachten, ohne sie zu bewerten
- ▶ Schritt 2: Praktische Übung zum Perspektivwechsel für neue Einsichten
- ▶ Schritt 3: Entdeckung persönlicher Kraftquellen, die Energie und Stärke im Alltag geben
- ▶ Schritt 4: Mut entwickeln, Bedürfnisse in den Alltag zu integrieren und Raum für inneres Wachstum zu schaffen

ZIELGRUPPE

Dieses Seminar richtet sich an alle, vor allem aber an Soloselbstständige, Neugründer/innen und Teilselbstständige, die nach einer Methode suchen, um Stress abzubauen und im hektischen Arbeitsalltag ihre innere Balance zu finden. Die Methoden sind darüber hinaus ideal für alle Menschen, die ihre mentale Gesundheit stärken und ihr Wohlbefinden gezielt fördern möchten.

Seminar-Nr. 226603

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Christine Bauer
Termin	Sa, 28.02.2026, (9:30 – 17:30 Uhr)
Gebühr	MG 152 €, NMG 175 €

WEITERBILDUNG VIELE HÜTE, WENIG ZEIT?

So nutzen Sie KI für Ihr smartes Zeitmanagement



Sie jonglieren täglich mit unzähligen Aufgaben: Kurse vorbereiten, Kunden betreuen, Rechnungen schreiben, Social Media pflegen, Angebote formulieren – und am Ende bleibt das Gefühl, nie genug Zeit zu haben. Als Selbstständige/r tragen Sie viele Hüte – und oft geht dabei das Wichtigste verloren: Klarheit, Fokus und die eigene Energie. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Sie Chaos in Struktur verwandeln und Ihre Zeit so nutzen, dass Ihr Business läuft – ohne dass Sie

selbst ausbrennen. Ihr Benefit: Sie erleben, wie Künstliche Intelligenz Ihr persönlicher Assistent wird. KI schreibt Texte, entwirft Pläne, sortiert Ideen und spart Ihnen wertvolle Stunden. So gewinnen Sie mehr Überblick, weniger Stress und neue Freiräume – für Ihre Kund/innen und für Ihr Leben. Das Seminar ist praxisorientiert und interaktiv gestaltet. Sie erhalten wertvolle Tipps, Tools, Methoden und Apps, die Sie sofort in Ihrem eigenen Arbeitskontext anwenden können. 8 LE

INHALTE

- ▶ Fokus statt Überforderung: Prioritäten setzen und Aufgaben im Griff behalten
- ▶ Alltag mit Struktur: Zeitpläne, Routinen und Tools, die wirklich funktionieren

- ▶ KI als Turbo-Assistent: Texte, Mails, Planung & Organisation leichter erledigen lassen
- ▶ Stress reduzieren: Strategien für Gelassenheit, auch wenn es hektisch wird
- ▶ Mehr Balance: Beruf und Privatleben bewusst ausgleichen

Seminar-Nr. 226604

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 20.01. Teil II: Mi, 21.01.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG WISSEN ENTFALTEN, WIRKUNG GESTALTEN

So starten Sie erfolgreich durch



Sie haben Ihre Aus- und/oder Weiterbildung an der SKA erfolgreich abgeschlossen. Jetzt geht es darum, Ihr wertvolles Wissen dorthin zu bringen, wo es Menschen spürbar erreicht – und wie Sie daraus ein stabiles berufliches Fundament machen. Dieses Online-Seminar bietet Ihnen klare Orientierung, praxiserprobte Werkzeuge und Sicherheit für Ihre ersten Schritte in die Selbstständigkeit. Sie lernen, Ihr Profil als SKA-Gesundheitsexperte/in zu schärfen und Ihr Angebot so zu präsentieren, dass es Vertrauen weckt und gebucht wird. 8 LE

IHR BENEFIT

Nach diesem Seminar haben Sie nicht nur neue Ideen – sondern Klarheit, Orientierung und einen persönlichen Fahrplan, wie Sie Ihr Können sicher und überzeugend in die Praxis bringen. (Hinweis: Rechtsform und Steuerthemen sind nicht Bestandteil dieses Seminars.)

INHALTE

- ▶ Einzigartig auftreten: Ihr Alleinstellungsmerkmal (USP) klar erkennen und selbstbewusst kommunizieren
- ▶ Menschen erreichen: Ihre Zielgruppe präzise definieren und wirksam ansprechen – für volle Kursplätze und zufriedene Klienten
- ▶ Sicher verkaufen: Preisgestaltung und Angebotsformen, die zu Ihnen passen und gleichzeitig fair und tragfähig sind

- ▶ Angebote mit Zugkraft: Leistungen strukturieren und überzeugend beschreiben, sodass Kund:innen sofort verstehen, welchen Nutzen sie haben

ZIELGRUPPE

Alle AbsolventInnen einer SKA-Aus- und/oder Weiterbildung

Seminar-Nr. 226605

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 13.01. Teil II: Mi, 14.01.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG KI ALS POWER-TOOL FÜR REFERENT/-INNEN –

Von der Idee zur fertigen
Kursauschreibung



Neue Kurse entwickeln, Inhalte strukturieren, Ausschreibungen schreiben, Präsentationen erstellen – als Referent/in tragen Sie viele Aufgaben gleichzeitig. Vorbereitung und Textarbeit kosten oft wertvolle Zeit, die Sie lieber für Ihre Teilnehmenden nutzen würden. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Künstliche Intelligenz Ihr kreativer Sparringspartner wird: vom ersten Brainstorming über die Kurs-

struktur bis zur fertigen Ausschreibung. Sie erfahren, wie Sie KI mit den richtigen Prompts gezielt einsetzen – und so Arbeit abnehmen lassen, statt sie doppelt zu machen. Das Seminar ist für Anfänger gedacht. 8 LE

IHR BENEFIT

Sie entwickeln Kursideen schneller, erstellen überzeugende Texte und Präsentationen mit KI-Unterstützung und gewinnen Zeit für das Wesentliche – Ihre Teilnehmenden. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

INHALTE

- ▶ Brainstorming mit KI: Themen finden und strukturieren

- ▶ Texte entwickeln: Ausschreibungen, Ankündigungen, E-Mails u. m. mit KI erstelle Präsentationen vorbereiten: Folien, Gliederungen und Wording mit KI-Support

Seminar-Nr. 226606

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 27.01. Teil II: Di, 03.02.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG STORYTELLING IM BUSINESS –

wie Geschichten Ihre
Ausschreibungen stark machen



Fakten informieren – Geschichten berühren. Viele Ausschreibungen im Gesundheitsbereich sind sachlich korrekt, aber wenig einladend. Das Ergebnis: Interessierte blättern weiter, statt sich anzumelden. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Sie mit Storytelling Ausschreibungen, Newsletter oder Vorträge lebendig machen. Sie erfahren, wie Sie Emotionen wecken, Bilder im Kopf entstehen lassen und Ihren Angeboten Persönlichkeit geben. 8 LE

Ihr Benefit: Sie schreiben Texte, die Lust machen, Vertrauen aufbauen und unverwechselbar wirken – ohne leere Werbefloskeln. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

INHALTE

- ▶ Warum Storytelling in Business-Texten wirkt – Psychologie & Praxis
- ▶ Bausteine einer guten Geschichte: Spannungsbogen, Bilder, Emotionen
- ▶ Storytelling in Ausschreibungen, Newslettern und Social Media anwenden
- ▶ Texte umschreiben: von sachlich zu spannend – Schritt für Schritt
- ▶ Ihr eigener Stil: authentisch schreiben ohne „Werbesprech“

Seminar-Nr. 226607

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 03.11. Teil II: Di, 10.11.2026 (jeweils von 17.30 – 20.30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG PRÄSEN- TATIONEN, DIE WIRKEN –

Mit KI schnell zu klaren Folien
und starken Bildern



Ob Vortrag, Kurs oder Kundengespräch: Ihre Präsentation entscheidet, ob Ihre Botschaft überzeugt. Viele verbringen jedoch Stunden mit Layouts, Texten und Bildersuche – und stehen am Ende mit Folien da, die wenig Wirkung erzielen. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie KI-Tools wie Gamma.app, ChatGPT und Bildgeneratoren Sie bei Aufbau, Text und Visualisierung unterstützen. Erste KI-Erfahrungen sollten vorhanden sein. 8 LE

IHR BENEFIT

Sie sparen Zeit, bringen Inhalte auf den Punkt und treten mit modernen, KI-gestützten Folien professionell und sicher auf. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

INHALTE

- ▶ Gamma.app in der Praxis: Präsentationen mit KI einfach erstellen
- ▶ KI-Bildgeneratoren: passende Grafiken & Bilder für jede Botschaft
- ▶ Texten mit ChatGPT & Co.: Headlines und Inhalte auf Knopfdruck
- ▶ Aufbau & Dramaturgie: Folien, die fesseln und Klarheit schaffen
- ▶ Best Practice: KI nutzen, ohne Ihre persönliche Note zu verlieren

Seminar-Nr. 226608

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 17.02. Teil II: Di, 24.02.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG E-MAIL-MARKETING 2026



Mit KI leichter und konsistent kommunizieren

Ihre Kund/innen sind nur einen Klick entfernt – wenn Sie sie richtig ansprechen. E-Mail-Marketing ist auch 2026 einer der wirksamsten Wege, Beziehungen aufzubauen, Vertrauen zu vertiefen und Angebote zu füllen. Doch wie verfassen Sie Mails, die nicht im Postfach untergehen – sondern geöffnet, gelesen und geklickt werden? In diesem Online-Seminar lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie eine professionelle E-Mail-Liste aufbauen und mit relevanten Inhalten langfristig binden. Sie erfahren, wie Sie Texte schreiben, die wirken – und

wie KI Ihnen als Assistent hilft, ansprechende Newsletter, Betreffzeilen und Kampagnen zeitsparend zu entwickeln. 8 LE

IHR BENEFIT

Nach diesem Seminar besitzen Sie nicht nur das Know-how für erfolgreiche Mailings – sondern einen klaren Fahrplan, wie Sie Ihre Kontakte gezielt in eine loyale Community verwandeln. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

INHALTE

- ▶ Liste aufbauen: Qualifizierte Kontakte gewinnen und nachhaltig pflegen
- ▶ E-Mails, die gelesen werden: Betreffzeilen, Texte und Designs, die zum Öffnen und Klicken einladen

- ▶ KI als Schreibhelfer: Newsletter, Reminder & Serien schneller und kreativer umsetzen
- ▶ Timing & Frequenz: Die richtige Balance zwischen präsent sein und nicht nerven
- ▶ Erfolgsmessung: Öffnungsraten, Klicks & Conversions verstehen – und kontinuierlich optimieren

Seminar-Nr. 226609

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Mi, 13.05. Teil II: Di, 19.05. 2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG ERSTKONTAKTE AM TELEFON PROFESSIONELL MEISTERN



So klingt Erfolg

Das erste Gespräch entscheidet: Buht jemand Ihr Angebot – oder nicht? Gerade im Gesundheitsbereich läuft der Erstkontakt oft über das Telefon. Ein sympathischer, klarer und professioneller Auftritt schafft Vertrauen – Unsicherheit hingegen kann Interessierte sofort wieder abschrecken. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Sie am Telefon souverän wirken, Einwände gelassen meistern und Ihre Angebote überzeugend platzieren. Sie erfahren, wie Sie mit Stimme, Sprache und

Haltung Begeisterung auslösen – und auch bei Beschwerden freundlich und professionell bleiben. 8 LE

IHR BENEFIT

Nach diesem Seminar gehen Sie mit mehr Sicherheit, Souveränität und Leichtigkeit ins nächste Telefonat – und erhöhen so Ihre Chancen, aus Anrufen echte Kund/innen zu gewinnen.

INHALTE

- ▶ Erstkontakt, der wirkt: Vertrauen aufbauen und Kompetenz zeigen – schon im ersten Satz
- ▶ Stimme & Sprache gezielt einsetzen: klar, freundlich und überzeugend klingen

- ▶ Einwände & Beschwerden souverän meistern: Sicherheit auch in schwierigen Gesprächen
- ▶ Angebote professionell präsentieren: so, dass Ihr Gegenüber neugierig wird
- ▶ Effektiv nachbereiten: Telefonate dokumentieren und Chancen nutzen

Seminar-Nr. 226610

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 17.11. Teil II: Mi, 18.11.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

AKTIONSTAGE 2026

„FÜNF GEWINNT – DIE KRAFT DER KNEIPPSCHEN ELEMENTE“

Die bundesweiten Aktionstage des Kneipp-Bund e.V. machen die fünf Elemente ganzjährig sichtbar: Ernährung, Wasser, Heilpflanzen, Bewegung und Lebensordnung.

👉 Für Teilnehmende der Akademie:

Viele unserer Seminare vertiefen genau diese Themen und bieten Inspiration für Ihre persönliche Praxis.

👉 Für Kneipp-Vereine und Landesverbände:

Nutzen Sie die Aktionstage, um mit eigenen Angeboten vor Ort aktiv zu werden und die Kneipp-Idee in Ihrer Region lebendig zu gestalten.

Weitere Informationen und Materialien stellt der Kneipp-Bund e.V. rechtzeitig zur Verfügung.
Mehr Infos gibt es hier: www.kneippbund.de/aktionstage



WEITERBILDUNG KI MACHT ES LEICHT: ÖFFENTLICHKEITSARBEIT, DIE WIRKT



Sie sind SKA-Gesundheitsexpert/in und möchten, dass Ihre Qualifikation nicht im Verborgenen bleibt? Sie haben ein wertvolles Angebot – jetzt soll es sichtbar werden. Doch wie gelingt es, in der Flut an Informationen hervorstechen, professionell zu wirken und Redaktionen oder Veranstalter gezielt auf sich aufmerksam zu machen? In diesem Online-Seminar lernen Sie, Ihre PR- und Öffentlichkeitsarbeit strategisch aufzubauen, überzeugend umzusetzen und Ihre Sichtbarkeit messbar zu steigern. Sie verstehen die Sprache der Medien, wissen, was Redaktionen interessiert – und wie Sie mit klaren Botschaften Wirkung erzielen.

IHR BENEFIT

Sie erleben, wie Künstliche Intelligenz Ihr persönlicher PR-Partner wird – ob für Pressemitteilungen, Flyer, Newsletter oder mehr. KI unterstützt Sie als Ideengeber, Texthelfer und Sparringspartner – während Sie jederzeit den roten Faden und Ihre eigene Handschrift behalten. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

Das Thema „Soziale Medien“ wird nur am Rande angesprochen. Bitte beachten Sie, dass es hierfür eigene Seminare gibt. 8 LE

INHALTE

- ▶ Das 1x1 der PR- und Öffentlichkeitsarbeit
- ▶ Ziele, Zielgruppe und Botschaften definieren
- ▶ Strategisch sichtbar werden
- ▶ Texte mit System und KI

- ▶ Kontakte knüpfen: Presseverteiler aufbauen und Beziehungen pflegen
- ▶ Erfolge messen: Öffentlichkeitsarbeit wirksam gestalten

ZIELGRUPPE

Alle Absolventen einer SKA-Aus- und Weiterbildung.

Die max. Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt.

Seminar-Nr.	226611
Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 03.03 Teil II: Di, 10.03.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG SOCIAL MEDIA TRENDS 2026 So erreichen Sie Menschen auf Insta, YouTube & Co.



Sie haben ein wertvolles Angebot als SKA-Gesundheitsexpert/in – doch wie bringen Sie es dorthin, wo Ihre Zielgruppe aktiv ist? Ob auf Instagram, Facebook oder YouTube: Social Media ist der direkte Draht zu Ihren Kund/innen. Aber welche Plattform lohnt sich? Welche Formate funktionieren 2026 wirklich? In diesem Online-Seminar erhalten Sie Klarheit über die wichtigsten Social-Media-Trends und Tools. Sie lernen, wie Sie Inhalte einfach erstellen, die sichtbar werden, Vertrauen aufbauen

und Wirkung entfalten – ohne sich in Technik oder Details zu verlieren. 8 LE

IHR BENEFIT

Sie erfahren, welche Trends 2026 wirklich zählen – von Reels über Live-Formate bis KI-gestütztes Content-Design. So sparen Sie Zeit, setzen Ressourcen sinnvoll ein und gewinnen Menschen für Ihr Angebot. In Teil 2 kommen Sie selbst ins Tun – mit Praxisanalyse.

INHALTE

- ▶ Plattform-Check: Welche Kanäle 2026 für Gesundheitsthemen relevant sind
- ▶ Trends verstehen: Reels, Stories, Shorts & Co. gezielt nutzen
- ▶ Content, der bewegt: Inhalte,

die Vertrauen schaffen und Buchungen fördern

- ▶ KI im Social-Media-Alltag: Texte, Ideen und Posts leichter entwickeln
- ▶ Erfolg messen: Reichweite, Interaktion und Wirkung prüfen und anpassen

Seminar-Nr.	226612
Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 05.05. Teil II: Di, 12.05. 2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG SICHTBAR WERDEN, VERTRAUEN AUFBAUEN Kunden gewinnen mit LinkedIn



Viele SKA-Absolvent/innen kennen Facebook oder Instagram – aber LinkedIn ist die Plattform, auf der Ihre Professionalität wirklich sichtbar wird. Hier vernetzen sich Unternehmen, Journalist/innen, Kliniken, Bildungseinrichtungen und Interessierte – und genau hier können auch Sie als SKA-Gesundheitsexpert/in Ihre Angebote präsentieren, Kooperationen knüpfen und neue Kund/innen erreichen. In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Sie LinkedIn einfach, zeitsparend und wirksam nutzen. Sie erfahren, wie Sie Ihr Profil profes-

sionell aufbauen, Inhalte veröffentlichen, die Vertrauen schaffen, und wie Sie Ihr Netzwerk Schritt für Schritt erweitern. 8 LE

IHR BENEFIT

Mit KI-gestützten Tools entwickeln Sie schnell Texte und Beiträge, die professionell wirken – auch ohne Social-Media-Erfahrung. So sparen Sie Zeit und gewinnen gleichzeitig Sichtbarkeit. Sie kommen selber ins Tun – mit Praxisanalyse in Teil 2.

INHALTE

- ▶ Ihr LinkedIn-Profil: professionell gestalten und Ihre Expertise sichtbar machen
- ▶ Sichtbarkeit steigern: Beiträge teilen, kommentieren und mit einfachen Mitteln Reichweite aufbauen

- ▶ Netzwerk & Kundenkontakte: LinkedIn gezielt als Akquise-Tool nutzen – seriös und vertrauensvoll
- ▶ KI-Unterstützung nutzen: Texte für Beiträge, Kommentare oder Profil optimieren lassen
- ▶ Aktuelle Trends: Welche LinkedIn-Funktionen 2026 wichtig sind – und wie Sie davon profitieren

Seminar-Nr.	226613
Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 13.10.2026 Teil II: Di, 20.10.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG STIMME. HALTUNG. WIRKUNG.

So überzeugen Sie auch online



Ob Kurs über Zoom, Beratungsgespräch per Video oder Vortrag im Online-Format: Immer öfter treffen Sie Ihre Kund/innen digital. Doch wie wirken Sie durch die Kamera? Klingt Ihre Stimme klar und souverän – oder eher unsicher und angestrengt? Viele merken erst online, wie entscheidend Stimme, Haltung und Präsenz für den ersten Eindruck sind. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Ihre Stimme tragfähig einsetzen, Ihre Körperhaltung bewusst

steuern und mit dem richtigen Sprechtempo Aufmerksamkeit halten. Sie erfahren, wie kleine Veränderungen eine große Wirkung entfalten – und wie Sie auch online professionell, sympathisch und überzeugend auftreten. 8 LE

IHR BENEFIT

Sie klingen klar und souverän, wirken präsent und authentisch und gewinnen Vertrauen – auch ohne physischen Kontakt.

INHALTE

- ▶ Stimme trainieren: klar, tragfähig und vertrauensvoll klingen
- ▶ Haltung und Gestik im Online-Format gezielt einsetzen

- ▶ Sprechtempo und Pausen steuern, um Aufmerksamkeit zu halten
- ▶ Wirkung und Präsenz im digitalen Raum bewusst gestalten

Seminar-Nr. 226614

Ort	Zoom
Referentin	Brigitta Ernst
Termin	Teil I: Di, 10.02. Teil II: Mi, 11.02.2026 (jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr)
Gebühr	MG 79 €, NMG 92 €, reine Seminargebühr

WEITERBILDUNG SCHLUSS MIT LAMPENFIEBER!

Präsentieren mit Präsenz & Wirkung



Herzklopfen, feuchte Hände, trockene Kehle – Lampenfieber kennt fast jede/r vor dem ersten Auftritt. Ob im Kneipp-Verein, bei einer Gesundheitsmesse, in der Kita oder draußen vor großem Publikum: die Angst, zu versagen oder nicht anzukommen, ist oft größer als die Freude am Präsentieren. Doch genau diese Energie lässt sich verwandeln – in Klarheit, Präsenz und Begeisterung. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Lampenfieber gezielt nutzen und in positive Ausstrahlung verwandeln. Sie erfahren, wie Sie Inhalte passend zu Zielgruppe und Rahmen entwickeln, Ihre Botschaft klar und spannend aufbereiten und in jedem Setting souverän auftreten – egal ob kleiner Kreis oder große Bühne. 16 LE

IHR BENEFIT

Sie gehen mit Sicherheit in Ihre Präsentationen, treten professionell und authentisch auf und faszinieren Ihr Publikum – statt nur Informationen abzuliefern.

INHALTE

- ▶ Lampenfieber verstehen: wie Sie Nervosität in Energie verwandeln
- ▶ Zielgruppenorientiert präsentieren: Kneipp-Verein, Messe, Kita oder Outdoor – worauf es ankommt
- ▶ Inhalte auf den Punkt bringen: klare Kernbotschaften entwickeln
- ▶ Das passende Format wählen: Vortrag, Workshop, Gesprächsrunde oder Erlebnis-Impuls
- ▶ Storytelling & Dramaturgie: Menschen fesseln statt Folien vorlesen
- ▶ Präsenz aufbauen: Stimme, Haltung

- und Körpersprache gezielt einsetzen
- ▶ Souverän bleiben: Strategien für Gelassenheit vor und während des Auftritts

ZIELGRUPPE

SKA-Absolvent/-innen die bisher wenig Präsentationserfahrungen haben und/oder mit Lampenfieber kämpfen.

Seminar-Nr. 226615

Ort	Bad Wörishofen
Referentin	Katrin Loch
Termin	Sa, 21.11. (10 Uhr) – So, 22.11.2026 (16:30 Uhr)
Gebühr	MG 259 €, NMG 305 €, reine Seminargebühr

JAHRESMOTTO 2026

„FÜNF GEWINNT – DIE KRAFT DER KNEIPPSCHEN ELEMENTE“

2026 widmet sich der Kneipp-Bund e.V. den fünf Elementen der Kneippschen Gesundheitslehre: **Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung.**

Sie bilden das Fundament eines ganzheitlichen Lebensstils, der Körper, Geist und Seele stärkt. Oft steht Wasser im Mittelpunkt, doch erst das Zusammenspiel aller Elemente entfaltet ihre volle Wirkung. Kinder entdecken diese Prinzipien spielerisch und werden so zu kleinen Gesundheitsbotschaftern, die ein Bewusstsein für Wohlbefinden und Prävention entwickeln. Das Jahresmotto lädt dazu ein, die fünf Elemente bewusst im Alltag zu leben, zu vermitteln und ihre Kraft gemeinsam zu erleben.

Mehr Infos gibt es hier: www.kneippbund.de/aktionstage



Verlängernde Veranstaltung (16 LE nötig*)	Lizenzen																		
	Seite/n	Lerneinheiten	Gesundheitspädagoge/-in SKA Basic	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA	Kneipp-Trainer/-in für Betriebsge- sundheit	Yoga-Lehrer/-in SKA	Lehrer/-in – Übungsleiter/-in SKA T'ai Chi Ch'uan & Qigong	Indian Balance® Instructor	Entspannungstrainer/-in SKA	Stresspräventionstrainer/-in SKA nach Kneipp	Kursleiter/-in Ganzheitliches Gedächtnistraining	Märchenerzähler/-in SKA	Übungsleiter/-in Breitensport – Sport in der Prävention	Kursleiter/-in Nordic Walking SKA	Wanderleiter/-in SKA	Fastenbegleiter/-in SKA	Fachberater/-in Magen-Darm- Gesundheit SKA	Kursleiter/-in Heilpflanzenkunde SKA
Kneipp-Einführungskurs	9	20												■	■	■	■	■	■
Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA	9	150				■				■	■			■	■	■	■	■	■
Kneipp-Mentor/-in SKA	10	50				■				■	■			■	■	■	■	■	■
Kneipp und Wohlbefinden	11	16		■													■		■
Wasser und Kräuter für die Frau	11	16		■	■	■													■
Fit im Beruf	12	16																	
Heilen mit Wasser, Wickeln u. Kräutern	12	16		■	■	■											■	■	■
Gesunder und erholsamer Schlaf	12	16		■	■	■											■	■	■
Kneipp-Gesundheit für Kinder	13	40		■															
Kneipp-Anwendungen in der Kita	15	8		■															
Kneipp-Anwendungen in Kita und Krippe	15	8		■															
Naturheilkunde für Kinder	16	8		■															
Kneipp für die Kleinsten	16	8		■															
Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA	18	150		■															
Kneipp-Mentor/-in in der Pflege SKA	19	50		■															
Natürliche Hautpflege	20	8		■	■														
Weiterbildungen Yoga	25 ff	12 +					■												
Weiterbildungen T'ai Chi Ch'uan & Qigong	36 ff	16 +						■											
Indian Balance® Instructor	40	15 +		■		■			■	■	■			■					
Atemcoach Infinity Breathwork	43	32		■		■			■	■	■								
Waldcoach – Indian Balance Natur®	43	32		■		■			■	■	■					■	■		■
Schmerzcoach	44	32							■	■									
Indian Balance® for Kids	45	15							■	■	■			■					
Entspannungstrainer/-in SKA	46	128		■	■	■					■						■	■	
Spiritualität und Gesundheit	47	16	■	■	■	■				■	■								
Mit Klangschalen die innere Harmonie finden	47	16		■	■	■													
Zeit Leben statt Managen	48	16	■	■	■	■				■	■						■	■	
Auf ins Glück – was uns wirklich glücklich macht	48	16	■	■	■	■					■								
Resilienz	49	16	■	■	■	■				■	■						■	■	■
Entspannung und Intuition	49	16								■	■								
Ganzheitliches Sehtraining	50	16		■		■						■							
Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren	50	16		■	■														

Verlängernde Veranstaltung (16 LE nötig*)	Lizenzen	Seite/n	Lerneinheiten	Gesundheitspädagoge/-in SKA Basic	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA	Kneipp-Trainer/-in für Betriebsgesundheit	Yoga-Lehrer/-in SKA	Lehrer/-in – Übungsleiter/-in SKA T'ai Chi Ch'uan & Qigong	Indian Balance® Instructor	Entspannungstrainer/-in SKA	Stresspräventionstrainer/-in SKA nach Kneipp	Kursleiter/-in Ganzheitliches Gedächtnistraining	Märchenerzähler/-in SKA	Übungsleiter/-in Breitensport – Sport in der Prävention	Kursleiter/-in Nordic Walking SKA	Wanderleiter/-in SKA	Fastenbegleiter/-in SKA	Fachberater/-in Magen-Darm-Gesundheit SKA	Kursleiter/-in Heilpflanzenkunde SKA
Denk-Pfad® / Gedankenspaziergang		51	16		■	■							■			■	■			
Gedächtnistraining ohne Stift und Papier 2.0		56	16		■	■							■							
Märchenerzähler/-in SKA		52	160									■								
Erzählkunst vom Feinsten		53	20											■						
Übungsleiter/-in Breitensport C-Lizenz		54	120		■		■									■	■			
Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA		55	52		■										■	■				■
Tanzleiter/-in für Tanzen im Sitzen		55	16+		■	■									■	■	■			
Move it – Kneipp macht fit		57	8/16		■		■								■					
Einführung in die Feldenkrais-Methode		60	16		■										■					
Gesundheitssport von Kopf bis Fuß		60	16												■					
Aqua-Medical-Training		61	16												■					
Senioren-sport abwechslungsreich gestalten		61	8			■									■					
Beckenbodentraining in Theorie und Praxis		61	16												■					
Pro Balance		62	16		■	■									■					
Mitgefühl für dich und mich		62	8												■					
Tanzen mit dem Rollator		64	20			■									■					
Finde deine Balance – mit Bogenschießen und Fußgesundheit		64	16	■	■						■				■	■				
Fitness und Harmonie		64	16												■					
Sport in allen Lebenslagen		65	16												■					
Koordination		65	16												■					
Eutonie trifft Kneipp		65	16		■										■					
Grüne Wiesen und blaues Wasser		66	16		■		■								■	■	■			
Zyklus und Training – Im Rhythmus der Hormone		66	16												■					
Flexibilität und Übungsstunde		67	8												■					
Einfach Spitze – Leichte Tänze im Sitzen		67	8		■	■									■					
Functional Training		67	8		■	■									■					
Stabil und beweglich		67	16		■		■								■					
Pilates in Theorie und Praxis		68	8												■					
Bauchtanz		68	8												■					
Embodiment		69	16	■	■		■					■			■					
Rücken		69	8												■					

* Für eine Verlängerung einer Ausbildungslizenz sind insgesamt mindestens 16 LE erforderlich

Verlängernde Veranstaltung (16 LE nötig*)	Seite/n	Lerneinheiten	Gesundheitspädagoge/-in SKA Basic	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in in der Pflege SKA	Kneipp-Trainer/-in für Betriebsgesundheit	Yoga-Lehrer/-in SKA	Lehrer/-in – Übungsleiter/-in SKA Tai Chi Chuan & Qigong	Indian Balance® Instructor	Entspannungstrainer/-in SKA	Stresspräventionstrainer/-in SKA nach Kneipp	Kursleiter/-in Ganzheitliches Gedächtnistraining	Märchenerzähler/-in SKA	Übungsleiter/-in Breitensport – Sport in der Prävention	Kursleiter/-in Nordic Walking SKA	Wanderleiter/-in SKA	Fastenbegleiter/-in SKA	Fachberater/-in Magen-Darm-Gesundheit SKA	Kursleiter/-in Heilpflanzenkunde SKA
Fastenbegleiter/-in SKA	70	100		■		■										■			
Ernährung zu Pfarrer Kneipps Zeiten und heute	71	8		■													■	■	
Gemmolehre – Prävention mit Knospen	71	8																	■
Klostermedizin – Die Wiege unserer Pflanzenheilkunde	72	16		■														■	■
Aktuelles aus der Ernährungs- und Naturstoffmedizin	72	16		■													■	■	
Der Ernährungsführer zu mehr Lebensqualität	73	16		■													■	■	
Prinzessin Gänseblümchen und König Löwenzahn	73	8		■															
Darm & Mikrobiom aktuell	73	16		■	■												■	■	
Frauenkräuter	74	16		■													■	■	■
Die Natur für sich entdecken	74	8		■															■
Kräuter in der Kita	74	8		■															
Naturerlebnisse im Wald für Kinder	74	8		■															■
Mit Heilpflanzenwissen spielen	75	16		■															■
Die Heilkraft des Waldes	75	16		■											■	■	■		■
Wilde-Kräuter-Apotheke	75	16		■													■		■
Heilkräuterwerkstatt	76	16		■															■
Was Pflanzenfarben alles können	76	8		■															■
Heilpflanzen für starke Nerven und guten Schlaf	77	16		■															■
Ernährung bei Demenz	78	8		■	■														■
Heilkräuter im Pflegealltag	78	16		■	■														■
Die mikrobiomische Küche	78	16		■													■	■	
Wohlfühlen mit ätherischen Ölen	79	8		■															■
Einsatz von Kräutern bei Demenz	79	8		■	■														■
Fastenwelt aktuell	79	16		■													■	■	
Support für Selbstständige, Online-Seminare	82 ff	8+	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■

* Für eine Verlängerung einer Ausbildungslizenz sind insgesamt mindestens 16 LE erforderlich

ANMELDUNGEN RUND UM DIE UHR ONLINE UNTER:
WWW.KNEIPPAKADEMIE.DE

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
JANUAR				
09.01. - 11.01.26	226305	Entspannungstrainer/-in SKA – 5. AS	BW	46
11.01. - 15.01.26	226205	Übungsleiter/-in Qigong SKA – 3. Aufbau-seminar	BW	33
13.01. - 14.01.26	226605	Wissen entfalten, Wirkung gestalten	Zoom	83
15.01. - 18.01.26	226213	T'ai Chi Ch'uan-Kompaktkurs	BW	36
16.01. - 18.01.26	226110	Asana Intensiv	BW	25
17.01.2026	226000	Kneipp im Job	BW	84
19.01. - 22.01.26	226408	Bewegt und Entspannt im U3-Bereich	Zoom	59
20.01.26 - 21.01.26	226604	Viele Hüte, wenig Zeit? – So nutzen Sie KI...	Zoom	83
21.01.2026	226504	Kräuter in der Winterzeit	Zoom	71
23.01. - 24.01.26	226409	Frei durch Atmen	Zoom	59
23.01. - 26.01.26	226211	Qigong-Lehrer/-in 5. AS	BW	35
24.01.26	226261	Infinity Breathwork – Stärke dein Immunsystem	Zoom	45
24.01. - 30.01.26	226025	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
27.01. - 03.02.26	226606	KI als Ower-Tool für Referent/-innen	Zoom	84
28.01.2026	226418	Bewegung ist das Tor zur Sprache	Zoom	60
30.01. - 31.01.26	226505	Ernährung zu Pfarrer Kneipps Zeiten und Heute	Zoom	71
31.01.26	225902	Frisch ins Amt gewählt?	BW	81
31.01. - 01.02.26	226419	Einführung in die Feldenkrais-Methode	BW	60

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
FEBRUAR				
01.02. - 05.02.26	226203	Übungsleiter/-in Qigong SKA – 1. Aufbau-Seminar	BW	33
02.02.26	226903	Marketing im Kneipp-Verein	Zoom	80
07.02.26	226335	Märchen erzählen – erleben – deuten	BW	53
07.02. - 08.02.26	226412	Gesundheitssport von Kopf bis Fuß	BW	60
07.02. - 08.02.26	226214	Kranich Qigong-Intensivseminar	BW	36
07.02. - 08.02.26	226262	Indian Balance® for Kids - Pfad 1	BW	45
07.02. - 14.02.26	226102	Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® Gruppe Gelb – 1. PP	BW	23
08.02.26	226111	Einführung in das ZPP Programm	Zoom	31
09.02. - 13.02.26	226059	Kneipp-MENTOR/-in in der Pflege SKA	BW	19
10.02. - 11.02.26	226614	Stimme. Haltung. Wirkung. – So überzeugen Sie auch online	Zoom	87
12.02. - 17.02.26	226005	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 1. AS	BW	10
15.02. - 19.02.26	226207	Übungsleiter T'ai Chi Ch'uan – 1. Aufbau-Seminar	BW	34
17.02. - 24.02.26	226608	Präsentationen die wirken – mit KI schnell zu klaren Folien und starken Bildern	Zoom	84
18.02. - 19.02.26	226413	Aqua-Medical-Training durch Aqua-Jogging	BW	61
21.02. - 28.02.26	226107	Hatha-Yoga-Lehrer/-in SKA	Olsberg	24
21.02. - 22.03.26	226041	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Schwerin	14
23.02. - 27.02.26	226026	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
27.02. - 28.02.26	226506	Gesunde Ernährung in der Kita	Zoom	71
28.02.2026	226414	Senioren-sport abwechslungsreich gestalten mit NeuroKinetik®	Zoom	61
28.02.26	226112	Schwerpunkt - Faszien im Yoga	Zoom	25
28.02.26	226603	Finde deinen inneren Frieden	BW	83

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
28.02. - 01.03.26	226415	Beckenbodentraining in Theorie und Praxi	BW	61
28.02. - 01.03.26	226019	Kneipp und Wohlbefinden	BW	11
28.02. - 01.03.26	226020	Wasser und Kräuter für die Frau – Was Kneipp den Frauen schenkte	Tecklenburg	11
28.02. - 25.06.26	226403	Ausbildung Übungsleiter Breitensport DOSB-C-Lizenz – 1. AS	BW + Bodenw.	54

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
MÄRZ				
01.03.26	226601	Gesunde Führung beginnt bei gesunder Selbstführung	BW	82
02.03. - 05.03.26	226416	Mit Kneipp-Ideen fit für die (Vor-) Schule	Zoom	62
02.03. - 11.03.26	226602	Bodyleading® Dein Körper als Mentor in herausfordernden Zeiten der Selbstständigkeit	Zoom	82
03.03. - 10.03.26	226611	KI macht es leicht: Öffentlichkeitsarbeit, die wirkt	Zoom	86
07.03. - 08.03.26	226417	Pro Balance – Ein Konzept zur Sturzprophylaxe	BW	62
09.03. - 13.03.26	226027	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
11.03. - 15.03.26	226330	Märchenerzähler/-in SKA – 1. AS	BW	52
13.03. - 15.03.26	226113	Stimme und Präsenz	BW	26
13.03. - 16.03.26	226209	T'ai Chi Ch'uan-Lehrer/-in SKA – 1. AS	BW	35
14.03.26	226438	Mitgefühl für dich und mich!	Berlin	62
14.03.26	226060	Natürliche Hautpflege	Tecklenburg	20
14.03. - 17.03.26	226251	Complete Indian Balance® Basic Instructor – Modul 1+2	BW	41
16.03. - 20.03.26	226028	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
19.03. - 22.03.26	226035	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Berlin-Spandau	14
19.03.2026	226114	Pranayama (Yogische) Atemübungen	Zoom	26
20.03. - 21.03.26	226507	Gemmohele – Prävention mit Knospen	Zoom	71
21.03. - 22.03.26	226410	Tanzen mit Rollator	BW	63
21.03. - 27.03.26	226106	Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® Gruppe Grün – 8. AS	BW	24
21.03. - 26.04.26	226045	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Warendorf	14
23.03. - 26.03.26	226256	Atemcoach – Infinity Breathwork	BW	43
27.03. - 29.03.26	226307	Spiritualität und Gesundheit	BW	47
28.03.26 - 29.03.26	226405	MOVE IT – Kneipp macht fit	BW	57
28.03.26	226406	MOVE IT – Kneipp macht fit – Tag 1	BW	57
29.03.26	226407	MOVE IT – Kneipp macht fit – Tag 2	BW	57
29.03. - 02.04.26	226201	Übungsleiter/-in Qigong + T'ai Chi Ch'uan SKA – 1. Basis-Seminar	BW	33

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
APRIL				
06.04. - 10.04.26	226008	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 1. AS	BW	10
07.04.26	226024	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Schorn-dorf	13
11.04. - 12.04.26	226336	Erzählkunst vom Feinsten	BW	53
11.04. - 12.04.26	226508	Klostermedizin	BW	72
11.04. - 18.04.26	226104	Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® Gruppe ROT – 4. AS	BW	24
11.04. - 31.05.26	226042	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Neustre-litz	14
13.04. - 17.04.26	226029	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
14.04.26	226308	Mehr Gelassenheit im Kita-Alltag	BW	47
16.04.26	226509	Die wilden Grünen	Zoom	72
16.04. - 19.04.26	226036	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Berlin-Charlot-tenburg	14
17.04. - 19.04.26	226510	Aktuelles aus der Ernährungs- & Naturstoffmedizin	BW	72
17.04. - 19.04.26	226003	Kneipp-Einführungskurs	BW	9
17.04. - 19.04.26	226115	Einführung in die Yoga Nidra Praxis I	Olsberg	26
17.04. - 19.04.26	226400	Tanzleiter/-in Tanzen im Sitzen	BW	56
23.04. - 26.04.26	226255	Indian Balance® Master Instructor - Complete Modul 8+9	BW	42
25.04. - 26.04.26	226420	Finde deine Balance - mit intuitiv-/meditativem Bogenschießen...	Tecklen-burg	64
25.04. - 26.04.26	226317	Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren	BW	50
25.04. - 26.04.26	226511	Der Ernährungsführer zu mehr Lebensmittelqualität	BW	73
25.04. - 17.05.26	226050	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Meißen	15
30.04. - 04.05.26	226011	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 1. AS	Bad Cam-berg	10
30.04. - 03.05.26	226117	Jaki Nett - Yoga aus anatomischer Sicht	BW	27
30.04. - 03.05.26	2256259	Schmerzcoach	BW	44

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
MAI				
01.05. - 03.05.26	226320	Entspannte Augen sehen besser – ganzheitliches Sehtraining	BW	50
02.05. - 03.05.26	226421	Fitness und Harmonie	BW	64
04.05. - 08.05.26	226056	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in +Kneipp-Mentor/-in in der Pflege SKA	BW	18
04.05. - 08.05.26	226030	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	13
05.05.26	226337	Märchen-Tisch-Theater	BW	53
05.05. - 12.05.26	226612	Social Media Trends 2026	Zoom	86
06.05. - 10.05.26	226501	Fastenbegleiter/-in SKA - 1. AS	Zoom	70
07.05. - 10.05.26	226108	Hatha-Yoga-Lehrer/-in SKA	BW	24
09.05. - 10.05.26	226023	Gesunder und erholsamer Schlaf	BW	12
09.05. - 10.05.26	226001	Kneipp-Einführungskurs	Schorn-dorf	9
13.05. - 15.05.26	226022	Heilen mit Wasser, Wickeln und Kräutern	BW	12
13.05. - 19.05.26	226609	"E-Mail Marketing 2026 – mit KI leichter + konsistent kommunizieren	Zoom	85
20.05.2026	226512	Prinzessin Gänseblümchen und König Löwenzahn	BW	73
28.05. - 31.05.26	226037	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Buckow	14
30.05. - 28.06.26	226046	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Gladbeck	14

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
JUNI				
04.06. - 09.06.26	226006	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 2. AS	BW	10
04.06. - 07.06.26	226118	Yoga mit Ali Dashti	BW	27
05.06. - 21.06.26	226034	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Bad Nauheim	14
10.06.26	226901-1	Der Vereinsführerschein – Modul 1	Zoom	80
10.06.26	226517	Naturerlebnisse im Wald für Kinder	BW	74
11.06. - 14.06.26	226100	Yogasana-Yoga Lehrer/-in SKA – Einführungsseminar	BW	23
11.06. - 14.06.26	226215	"Spiel der fünf Tiere" – Teil I	BW	36
12.06. - 14.06.26	226404-1	Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA – Modul 1	BW	55
12.06. - 14.06.26	226513	Darm & Mikrobiom aktuell	BW	73
13.06. - 14.06.26	226514	Frauenkräuter	BW	74
13.06. - 14.06.26	226021	Fit im Beruf	BW	12
13.06. - 19.06.26	226402	Ausbildung Übungsleiter Breitensport DOSB-C-Lizenz – 2. AS	BW	54
15.06. - 19.06.26	226014	Kneipp-Mentor/-in SKA	BW	10
17.06.26	226901-2	Der Vereinsführerschein – Modul 2	Zoom	80
20.06. - 21.06.26	226309	Mit Klangschalen die innere Harmonie finden	BW	47
20.06.26	226515	Die Natur für sich entdecken	BW	74
22.06.26	226310	Entspannen mit Klangschalen in der Kita	BW	48
22.06. - 26.06.26	226018	Kneipp-Mentor/-in SKA	BW	11
23.06.26	226516	Kräuter in der Kita	BW	74
24.06.26	226901-3	Der Vereinsführerschein – Modul 3	Zoom	80
24.06. - 28.06.26	226331	Märchenerzähler/-in SKA – 2. AS	BW	52
24.06. - 28.06.26	226502	Fastenbegleiter/-in SKA	BW	70
25.06. - 28.06.26	226038	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Peters-hagen	14
26.06. - 28.06.26	226119	Heldenreise	BW	28

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
JULI				
01.07.26	226901-4	Der Vereinsführerschein – Modul 4	Zoom	80
03.07. - 05.07.26	226120	Workshop "Organe der Tat – Hände und Füße (Karmendriyas)"	BW	28
04.07. - 05.07.26	226401	Tanzleiter/-in Tanzen im Sitzen	BW	56
06.07. - 10.07.26	226057	Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in in der Pflege SKA – 2. AS	BW	18
06.07. - 10.07.26	226049	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Finnland	15
09.07. - 12.07.26	226258	Waldcoach – Indian Balance®	BW	43
10.07. - 12.07.26	226311	Zeit Leben statt managen	BW	48
10.07. - 12.07.26	226121	Silver Yoga®	BW	28
10.07. - 12.07.26	226518	Mit Heilpflanzenwissen spielen	BW	75
11.07. - 12.07.26	226519	Wilde-Kräuter-Apotheke	BW	75
15.07.26	226901-5	Der Vereinsführerschein – Modul 5	Zoom	80
15.07.26	226521	Kinderleichte Kräuterkosmetik	Zoom	76
17.07. - 19.07.26	226404-2	Erlebnis-Wanderleiter/-in SKA – Modul 2	BW	55
17.07. - 19.07.26	226312	Auf ins Glück – Was uns wirklich glücklich macht	BW	48
17.07. - 19.07.26	226519	Die Heilkraft des Waldes	BW	75
18.07. - 21.07.26	226252	Complete Indian Balance® Basic Instructor – Modul 1+2	BW	41

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
20.07. - 24.07.26	226009	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 2. AS	BW	10
22.07.26	226901-6	Der Vereinsführerschein – Modul 6	Zoom	80
25.07. - 26.07.26	226522	Heilkräuter-Werkstatt	BW	76
26.07. - 30.07.26	226204	Übungsleiter/-in Qigong SKA – 2. Aufbau-Seminar	BW	33
29.07.26	226901-7	Der Vereinsführerschein – Modul 7	Zoom	80

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
AUGUST				
01.08. - 02.08.26	226318	Denk-Pfad® / Gedankenspaziergang	BW	51
01.08. - 02.08.26	226422	Sport in allen Lebenslagen	BW	64
03.08. - 07.08.26	226016	Kneipp-Mentor/-in SKA	Olsberg	10
20.08. - 25.08.26	226007	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 3. AS	BW	10
29.08. - 30.08.26	226423	Koordination	BW	65
30.08. - 31.08.26	226902	Frisch ins Amt gewählt?	BW	81

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
SEPTEMBER				
02.09. - 06.09.26	226015	Kneipp-Mentor/-in SKA	BW	10
03.09. - 10.09.26	226426	Kneipp-Praxisideen rund um den Jahreskreis	Zoom	66
04.09. - 06.09.26	226503	Fastenbegleiter/-in SKA – 3. AS	BW	70
05.09. - 06.09.26	226411	Tanzen mit Rollator	BW	63
05.09. - 11.10.26	226043	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Banzkow	14
09.09.26	226523	Was Pflanzenfarben alles können	BW	76
10.09. - 13.09.26	226216	Kraft aus der Verbundenheit	BW	37
10.09. - 14.09.26	226012	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 2. AS	Bad Cam- berg	10
12.09. - 13.09.26	226424	Eutonie trifft Kneipp	BW	65
13.09. - 17.09.26	226202	Übungsleiter/-in Qigong + T'ai Chi Ch'uan SKA 2. Basis-Seminar	BW	33
15.09. - 16.09.26	226313	Gelingende Elternarbeit – Lassen Sie uns darüber Reden	Zoom	49
17.09. - 20.09.26	226039	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Buckow	14
18.09. - 20.09.26	226301	Entspannungstrainer/-in SKA – 1. AS	BW	46
19.09. - 20.09.26	226425	Grüne Wiesen und blaues Wasser	Blaichach	65
19.09. - 26.09.26	226101	Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® Gruppe Grün 1. PP	BW	23
19.09.26	226904	Instagram – so funktioniert's	Zoom	81
21.09. - 25.09.26	226031	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	14
23.09.26	226524	Kräuter zum Wohlfühlen	Zoom	77
24.09. - 27.09.26	226047	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Minden	14
24.09.26	226525	Heilpflanzen für starke Nerven und guten Schlaf bei Senioren	BW	77
25.09. - 27.09.26	226004	Kneipp-Einführungskurs	BW	9
25.09. - 26.09.26	226526	Ernährung bei Demenz	Zoom	78
26.09. - 27.09.26	226427	Zyklus und Training – Im Rhythmus der Hormone	BW	66
26.09. - 27.09.26	226217	Stärkung der Selbstheilungskräfte mit Akupressur	BW	37

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
OKTOBER				
01.10. - 04.10.26	226109	Hatha-Yoga-Lehrer/-in SKA	BW	24
01.10. - 04.10.26	226218	T'ai Chi Ch'uan Kurzform Intensiv	BW	38
01.10. - 05.10.26	226010	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 3. AS	BW	10
03.10. - 04.10.26	226528	Die Mikrobiom-Küche	BW	78
03.10. - 04.10.26	226527	Heilkräuter im Pflegealltag	BW	78
04.10.26	226428	Flexibilität in Übungsstunden & in Körper und Geist!	Zoom	66
04.10. - 09.10.26	226058	Kneipp-GESUNDHEITSTRAINER/-in in der Pflege SKA	BW	18
08.10. - 11.10.26	226040	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Berlin- Charlot- tenburg	14
08.10. - 11.10.26	226122	Asana konkret & Anatomie	BW	29
09.10. - 11.10.26	226002	Kneipp-Einführungskurs	Sigmarin- gen	9
09.10. - 11.10.26	226116	Yoga Nidra AufbauSeminar II	BW	27
09.10. - 12.10.26	226212	Qigong-Lehrer/-in – 6. AS	BW	34
10.10.26	226429	Einfach spitze!	BW	66
10.10. - 01.11.26	226051	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Struppen	15
12.10. - 16.10.26	226032	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	14
13.10. - 20.10.26	226613	Sichtbar werden, Vertrauen aufbauen – Kunden gewinnen mit LinkedIn	Zoom	86
15.10. - 18.10.26	226257	Atemcoach – Infinity Breathwork	BW	43
19.10. - 22.10.26	226048	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Tecklen- burg	14
20.10.26	226314	Resilienz für Kinder	BW	49
21.10. - 25.10.26	226332	Märchenerzähler/-in SKA – 3. AS	BW	52
22.10. - 26.10.26	226013	Kneipp-Gesundheitstrainer/-in SKA – 3. AS	Bad Cam- berg	10
23.10. - 25.10.26	226302	Entspannungstrainer/-in SKA – 2. AS	BW	46
23.10. - 24.10.26	226430	Functional Training	Zoom	67
24.10. - 25.10.26	226319	Ganzheitliches Gedächtnistraining ohne Stift und Papier 2.0	BW	51
24.10. - 25.10.26	226431	Stabil und beweglich	BW	67
25.10. - 07.11.26	226219	Modul Psychologie, Pädagogik & Unterrichtsgestaltung	BW	38
27.10.26	226529	Wohlfühlen mit ätherischen Ölen	BW	79
29.10. - 01.11.26	226220	Die Ying-Yang Wechsel Voll und Leer im T'ai Chi Ch'uan und eine Kurzstockform im Yang-Stil	BW	36
29.10. - 01.11.26	226123	Yoga Nidra	Olsberg	29

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
NOVEMBER				
03.11. - 10.11.26	226607	Storytelling im Business	Zoom	84
04.11.26	226530	Einsatz von Kräutern bei Demenz	BW	79
06.11. - 07.11.26	226433	Pilates in Theorie und Praxis	Zoom	68
07.11. - 22.11.26	226044	Kneipp-Gesundheit für Kinder	Sellin	14
07.11. - 14.11.26	226105	Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA® Gruppe ROT – 5. AS	BW	24
07.11. - 08.11.26	226263	Indian Balance® for Kids – Pfad 2	BW	45
08.11. - 12.11.26	226208	Übungsleiter T'ai Chi Ch'uan – 2. Aufbau-Seminar	BW	34
09.11. - 13.11.26	226033	Kneipp-Gesundheit für Kinder	BW	14
10.11. - 10.11.26	226434	Bewegter Kneipp-Weihnachtskalender	Zoom	68
12.11. - 16.11.26	226017	Kneipp-Mentor/-in SKA	Essen	11
13.11.26	226432	ME Time	ZOOM	69
13.11. - 15.11.26	226303	Entspannungstrainer/-in SKA – 3. AS	BW	47
13.11. - 15.11.26	226531	Fastenwelt aktuell – neue Inspirationen	BW	79
14.11. - 15.11.26	226435	Bauchtanz für Anfänger oder Wiedereinsteiger	Zoom	68
14.11. - 15.11.26	226436	"Embodiment" – Wie der Körper die Psyche und die Psyche den Körper beeinflusst	BW	69
15.11. - 19.11.26	226206	Übungsleiter Qigong + T'ai Chi Ch'uan Prüfungseminar	BW	33
17.11. - 18.11.26	226610	Erstkontakt am Telefon professionell meistern – So klingt Erfolg	Zoom	85
17.11.26	226532	Immunstark durch den Winter	Zoom	79
20.11. - 21.11.26	226437	Rücken	Zoom	69
20.11. - 22.11.26	226200	Übungsleiter/-in Qigong SKA + Tai Chi Chuan SKA – Einführungsseminar	BW	33
20.11. - 22.11.26	226315	Resilienz – das Geheimnis innerer Widerstandskraft	BW	49
20.11. - 22.11.26	226124	Metta Meditation	BW	30
21.11. - 22.11.26	226615	Schluss mit Lampenfieber! – Präsentieren mit Präsenz und Wirkung	BW	87
24.11.2026	226905	Prävention sexualisierter Gewalt im Sport	BW	81
24.11. - 27.11.26	226260	Stressmanagement-Coach	BW	44
26.11. - 29.11.26	226221	T'ai Chi Ch'uan-Partnerübungen Schritt für Schritt	BW	39
27.11. - 30.11.26	226210	T'ai Chi Ch'uan-Lehrer/-in SKA – 2. AS	BW	35

Termin	Sem.-Nr.	Titel	Ort	Seite
DEZEMBER				
03.12. - 06.12.26	225253	Indian Balance® Advanced Instructor – Complete Modul 3+4	BW	41
04.12. - 06.12.26	226304	Entspannungstrainer/-in SKA – 4. AS	BW	47
04.12. - 06.12.26	226125	Psychosomatik im Yoga	BW	30
10.12. - 13.12.26	226254	Indian Balance® Advanced Instructor - Complete Modul 5+6	BW	42
11.12. - 13.12.26	226316	Entspannung und Intuition	BW	49



Amarell, Dr. Catharina

Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin mit Zusatzbezeichnung
Naturheilverfahren

Ankele, Simone

Heilpraktikerin, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA

Auerbach, Christian

Pädagoge MA, Qigong- & Taijiquan-Lehrer, Ausbilder im
„Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“ (DDQT)

Baller, Karolin

Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin, staatlich geprüfte
Gymnastiklehrerin, Sportstudium, Ganzheitliche Ernährungsberaterin,
Spiraldynamikfachkraft, Atemtherapeutin, Rückenschulleiterin

Bauer, Christine

Meditationslehrerin, Entspannungstrainerin

Baumeister, Gabriele

Gesundheitspädagogin SKA, Intensivkurs Kneipp-Hydrotherapie,
Krankenschwester, medizinische Fußpflegerin, Kursleiterin Fasten
für Gesunde SKA

Blauhoff-Grunwald, Meike

Kinderkrankenschwester ausserkl. Intensivpflege, Palliative Care &
Palliative Care Pädiatrie Kinderheilpraktikerin, Spieltherapeutin /
Spielpädagogin, Aromaexpertin

Borucker, Tobias

Dipl.Sportwissenschaftler

Bosch, Karl

Vereinsberater, zertifizierter Coach, Mediator (DCMV) und
Datenschutz-Fachkraft (DEKRA)

Briegel, Marianne

Diplom-Psychologin

Clemens, Bodo

Kneipp-Bademeister, Masseur, Gesundheitspädagoge SKA

de May, Christian

Entwickler von Indian Balance® Sporttherapeut,
Masseur, Heiltherapeut

Dathe, Dr. Franziska

Gesundheitsförderung, Schwerpunkt Pädagogik und Psychologie

Duschl, Esther

Yogalehrerin SKA

Erber, Erika

Yogalehrerin BYO/EYU

Ernst, Brigitta

Wirtschafts- und Organisationspsychologin M.A.

Fitsch Sabrina

Staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Fraim, Alexander

Iyengar®-Yogalehrer, Diplom „Clinical Ayurveda Specialist“, Zertifizier-
ter Grof® Breathwork Facilitator

Gebauer, Jutta

Heilpraktikerin, Heilpflanzenexpertin

Gindhart, Christian

Physiotherapeut, DSV Nordic-Walking-Trainer, BdR-zertifizierter
Rückenschulleiter

Gmelin-Gossweiler, Birgit

Physiotherapeutin, Gesundheitspädagogin, Erwachsenenbildung M.A.

Gödeke, Heike-Annemarie

Staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin, Physiotherapeutin (B.A.),
Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA

Grimm, Volker

Physiotherapeut, Yogasana-Yoga-Lehrer SKA®

Grunert, Ulrike

Yogalehrerin SKA, Ayurveda-Therapeutin (SEVA)

Haas, Wolfgang

Heilpraktiker, Fastenleiter, EBK-Trainer nach Dr. Rohner

Hauck-Stüber, Barbara

Apothekerin

Heinisch, Therese

Yogalehrerin SKA, MA Traditions of Yoga and Meditation

Hertling-Ritter, Susanne

Yogalehrerin SKA; Dolmetscherin

Hirschhausen-Spork, Irene

Gesundheitspädagogin SKA, Betriebswirtin

Höner, Petra

Heilkräuter-Expertin SKA

Kelkel, Sabine

Ausbildungsreferentin/Gedächtnistrainerin BVGT e.V.,
Lerntrainerin, Übungsleiterin Qigong

Klein, Sabine

Yogalehrerin

Kiechle, Willi

Yogalehrer SKA, Dipl. Sozialpädagoge (FH), Gestalttherapeut,
Heldenreise®-Leiter und -Ausbilder

Kirschnek, Heike

BA Prävention und Gesundheitsmanagement, Trainerin und Dozentin
Herzsport und Gesundheitssport

Klugmann, Axel

Ausbilder im „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“
(DDQT), Lehrer für F.M. Alexander-Technik

Knörr, Bettina

Diplom-Oecotrophologin, Heilpraktikerin, Dozentin an verschiedenen
Institutionen und Schulen

Kobayashi, Petra

vermittelt den Klassischen Yang-Stil des T'ai Chi Ch'uan, langjährige
Studien in Asien, mehrere Buchveröffentlichungen

Kobayashi, Sunyata

T'ai Chi Ch'uan-Lehrer

Koddebusch, Monika,

Eutoniepädagogin

Kövi, Karin

Marketing- und Tourismusfachwirtin

Langer, Ursula

Erzieherin

Lenk, Stefanie

Physiotherapeutin, Ausbilderin des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Bayern

Loch, Katrin

Physiotherapeutin, Kommunikationsexpertin

Mages, Kerstin

Feldenkrais-Pädagogin

Marten, Josi

Fachlehrerin, Qualifikationserweiterung Hauswirtschaft, Übungsleiterin Bewegung, Kneipp-Gesundheitstrainerin

Martin, Antje

Erzieherin, Gesundheitspädagogin SKA, Intensivkurs Kneipp-Hydrotherapie, Natur- und Achtsamkeitstrainerin

Marz, Danilo

Atemcoach Infinity Breathwork, Indian Balance® Master Instructor

Meinhardt, Birgit

Theologin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Logotherapeutin, Kommunikationstrainerin (EPL), Stress-Präventionstrainerin SKA nach Kneipp

Miller, Christiane

Zam. Zertifikat Tanzmedizin, ÜL-B Sport in der Rehabilitation (Bereich Orthopädie), Spiraldynamik® Lehrgang Basic/Move

Müller, Elke

Ausbildungsreferentin im BVST e.V.

Mommert-Jauch, Dr. Petra

Dipl.-Sportlehrerin, Lehrbeauftragte des KIT (Karlsruher Institut für Technologie), Fachreferentin im Bereich Nordic Walking, Sturzprophylaxe, Körperwahrnehmung u.a. Autorin

Möller, Beate

Gesundheitspädagogin SKA

Nett, Jaki

Iyengar®-Yogalehrerin aus den USA

Niekerke, Katrin

staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin, Trainerin für präventiven Gesundheitssport (Ärztekammer Berlin), Pilates-Trainerin, Dipl. Gesundheitsmanagerin (FH)

Reinberg, Burkhard

Fachberater für Burnout- & Stressbewältigung, Trainer für intuitives Bogenschießen

Rosenthal, Ines

Kursleiter/-in Fasten für Gesunde SKA, Fachberater/-in Ganzheitliche Bauchgesundheit

Roth, Dr. med. Linnéa

Yogalehrerin SKA, Ärztin

Sachon, Claudia

Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA, Tanzpädagogin, ÜL Sport in der Prävention

Schäfer, Karl-Heinz

Psychologe, Klinischer Psychologe und Psychotherapeut, psychotherapeutische Ausbildungen in Gesprächstherapie, Focusing, Hypnotherapie

Schier, Birgit

Indian Balance Ausbildungsleitung

Schlag, Christl

Kursleiterin Augenschule, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA, Übungsleiterin im Breitensport DOSB

Schmid-Bergmann, Ingrid

Dipl.-Sozialpädagogin, Psychotherapeutin, anerkannte Ausbilderin im „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“ (DDQT)

Schrepler, Mirjam

Betriebswirtin, Social-Media-Expertin

Schütte, Frauke

Yogalehrerin BDY/EYU

Spegel, Carola

Yogalehrerin SKA, Studium der Philosophie (Mag.), und kath. Theologie (Dipl.)

Stadelmeyer, Dagmar

Vorsitzende des Landesverband Bayern des Bundesverband Seniorentanz e.V., Ausbildungsreferentin im BVST e.V.

Swoboda, Monika

Yogalehrerin SKA, Gesundheitspädagogin (IPSG), Marma-Lehre, Weiterbildungen Autogenes Training

Thom, Kim

staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin

Vossel, Birgit

Hatha-Yogalehrerin SKA, Vinyasa- und Yin Yoga-Trainerin, Übungsleiterin Sport in der Prävention

Wanzek-Weber, Simone

Erzieherin, Märchenerzählerin, Märchenpuppenspielerin

Weiss, Barbara

Yogalehrerin SKA, Iyengar®-Yoga-Lehrerin, staatl. geprüfte Masseurin

Weiss, Kristina

Yogalehrerin SKA®, B.A. Innenarchitektur (Hons.)

Widmann, Birgit

Altenpflegerin, Arzthelferin, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA, Kneipp-Hydrotherapie SKS

Wurm-Fenkl, Ines

Staatl. anerkannte Sport- und Gymnastiklehrerin, Heilpraktikerin, Gesundheitspädagogin SKA, Masseurin, med. Bademeisterin, Sportphysiotherapeutin

Wüst, Alexander

Dipl.-Oecotrophologe (FH), T'ai Chi Ch'uan und Qigong-Lehrer SKA, Koch

Zugck, Karin

Yogalehrerin SKA, Iyengar®-Yogalehrerin

LEHRGANGSBEDINGUNGEN

1. GELTUNGSBEREICH

- 1.1 Vorbehaltlich abweichender Vereinbarungen im Einzelfall kommen Verträge mit Teilnehmern über Seminare, Schulungen und Lehrgänge (nachfolgend: Seminare) mit der Sebastian-Kneipp-Akademie (nachfolgend: Veranstalterin) ausschließlich nach Maßgabe der folgenden Bestimmungen zustande.

2. ANMELDUNG UND VERTRAGSABSCHLUSS

- 2.1 Mit seiner verbindlichen Anmeldung und der wirksamen Vereinbarung dieser Lehrgangsbedingungen erkennt der Teilnehmer diese Teilnahmebedingungen ausdrücklich und vorbehaltlos an.
- 2.2 Die Anmeldung kann schriftlich, per E-Mail oder Fax, telefonisch oder elektronisch über die Website der Veranstalterin erfolgen. Die Anmeldungen werden grundsätzlich in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Ein Vertrag kommt erst mit der schriftlichen Bestätigung der Veranstalterin an den Auftragsgeber zustande.
- 2.3 Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt auf Grundlage des Artikel 6 Absatz 1 Satz 1 Buchstabe b) DSGVO sowie Artikel 6 Absatz 1 Satz 1 Buchstabe f) DSGVO. Werden weitere Daten verarbeitet, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer expliziten Einwilligungserklärung nach Art. 6 Abs. 1 a DSGVO. Wir verweisen in diesem Zusammenhang auf unsere Datenschutzinformationen.

3. LEISTUNGSBESCHREIBUNG UND ÄNDERUNGEN DES VERANSTALTUNGSANGEBOTS

- 3.1 Der Inhalt und die Durchführung des Seminars richten sich nach der Leistungsbeschreibung, wie sie in dem jeweils aktuellen Veranstaltungsprogramm oder sonstigen Medien des Kneipp-Bund e. V. aufgeführt bzw. veröffentlicht ist und die insoweit Bestandteil des Vertrages ist.
- 3.2 Die Veranstalterin ist berechtigt, Änderungen aus fachlichen Gründen (z. B. Aktualisierungsbedarf, inhaltliche und methodische Weiterentwicklungen, didaktische Optimierungen) vorzunehmen, sofern sie den Kern des Seminars bzw. das Seminarziel nicht grundlegend verändern. Ansonsten kann der Teilnehmer kostenfrei von der gebuchten Veranstaltung zurücktreten.

4. ABSAGE VON SEMINAREN

- 4.1 Die Veranstalterin behält sich die Absage von Seminaren aus Gründen, die sie nicht zu vertreten hat (z. B. bei kurzfristigem Ausfall des Dozenten, bei Nichterreichen der vom jeweiligen Seminartyp abhängigen Teilnehmerzahl, höherer Gewalt oder gleichartiger Gründe) vor.
- 4.2 In jedem Fall ist die Veranstalterin bemüht, Absagen an die in der Anmeldung genannte Adresse so rechtzeitig wie möglich in Textform mitzuteilen. Sollte dies aus zeitlichen Gründen nicht mehr möglich sein, kann die Benachrichtigung auch fernmündlich erfolgen.

- 4.3 Muss ein Seminar abgesagt werden und kann der Teilnehmer nicht auf ein anderes von der Veranstalterin angebotenes Seminar ausweichen, werden die bereits bezahlten Teilnahmegebühren in voller Höhe erstattet.

5. GEBÜHREN, ZAHLUNGSVERFAHREN, VERZUG UND RABATTGEWÄHRUNG

- 5.1 Der Teilnehmer hat das Entgelt für das Seminar bis zu dem in der Rechnung genannten Termin, spätestens bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn, kosten- und spesenfrei an die Veranstalterin zu bezahlen.
- 5.2 Im Verzugsfalle kann die Veranstalterin für jedes Mahnschreiben pauschal 5 € vom Zahlungspflichtigen verlangen.

6. STORNIERUNG UND FRISTEN

- 6.1 Stornierungen sind jederzeit möglich und sollten zu Beweis-zwecken schriftlich mitgeteilt werden.
- 6.2 Überschreitet die Stornierung nachfolgende Fristen, fallen unabhängig vom Stornierungsgrund Stornierungskosten in der jeweiligen Höhe an.

Dem Teilnehmer wird empfohlen eine Seminarversicherung abzuschließen: z.B. bei HanseMerkur.de oder jedem anderen Anbieter.
- 6.3 Teilt der Teilnehmer seinen Rücktritt von einem gebuchten Seminar bis drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin mit, entstehen ihm hierdurch keine Stornierungskosten. Die Veranstalterin erhebt in diesem Fall aber eine Bearbeitungsgebühr von pauschal 30 €.
- 6.4 Bei einem Rücktritt später als drei Wochen vor Seminarbeginn werden 40 %, bei einem Rücktritt innerhalb der letzten sieben Tage vor Seminarbeginn werden 60 % der Seminargebühr fällig.
- 6.5 Dem Teilnehmer steht jederzeit das Recht zu, der Veranstalterin nachzuweisen, dass ein Schaden nicht entstanden oder wesentlich niedriger ist als die Stornopauschale.
- 6.6 Bis Seminarbeginn kann jeder Teilnehmer verlangen, dass eine Ersatzperson für ihn in seine Rechte und Pflichten aus dem Vertrag eintritt. Der Veranstalter kann dem nur dann widersprechen, wenn die Ersatzperson den besonderen persönlichen Seminarerfordernissen nicht genügt oder seiner Teilnahme gesetzliche Vorschriften oder behördliche Anordnungen entgegenstehen. Tritt die Ersatzperson in den Vertrag ein, dann haften diese und der Teilnehmer der Veranstalterin gegenüber als Gesamtschuldner für den Seminarpreis.

7. UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

In der Seminargebühr sind keine Reise-, Unterkunfts- und Verpflegungskosten enthalten.

8. NICHT IN ANSPRUCH GENOMMENE EINZELLEISTUNGEN

Die Erstattung von nicht in Anspruch genommenen Einzelleistungen ist nicht möglich; es besteht insbesondere kein Anspruch auf Ersatz eines vom Teilnehmer versäumten Seminartages oder Teilen hiervon, noch auf kostenlose Nachholung eines versäumten Termins.

9. AUSBILDUNGSBESCHEINIGUNG

Nach jedem absolvierten Seminar erhalten die Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

Bei erfolgreichem Abschluss einer Ausbildung stellt die Veranstalterin hierüber ein entsprechendes Zeugnis, Zertifikat und/oder eine zeitlich befristete Kurs- bzw. Übungsleiter-Lizenz (4 Jahre) aus. Die Ausstellung/Übergabe der Bescheinigung setzt den Zahlungseingang voraus.

Zur Erlangung der Lizenz sind eine Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE, nicht älter als 2 Jahre) und die Abgabe eines Passfotos notwendig.

10. RECHTSWAHL UND GERICHTSSTAND

- 10.1 Der Teilnehmer kann die Veranstalterin nur an dessen Sitz verklagen.
- 10.2 Für Klagen der Veranstalterin gegen den Teilnehmer ist der Wohnsitz des Teilnehmers maßgebend. Für Klagen gegen Teilnehmer, die Kaufleute, juristische Personen des öffentlichen oder privaten Rechts oder Personen sind, die ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthaltsort im Ausland haben, oder deren Wohnsitz oder gewöhnlicher Aufenthalt im Zeitpunkt der Klageerhebung nicht bekannt ist, wird als

Gerichtsstand der Sitz der Veranstalterin vereinbart.

- 10.3 Auf das Vertragsverhältnis zwischen dem Teilnehmer und der Veranstalterin findet ausschließlich deutsches Recht Anwendung. Dies gilt auch für das gesamte Rechtsverhältnis.
- 10.4 Soweit bei Klagen des Teilnehmers gegen die Veranstalterin im Ausland für die Haftung der Veranstalterin dem Grunde nach, nicht deutsches Recht angewendet wird, findet bezüglich der Rechtsfolgen, insbesondere hinsichtlich Art, Umfang und Höhe von Ansprüchen des Kunden, ausschließlich deutsches Recht Anwendung.
- 10.5 Die vorstehenden Bestimmungen gelten nicht,
- a) wenn und insoweit sich aus vertraglich nicht abdingbaren Bestimmungen internationaler Abkommen oder Verordnungen, die auf den Seminarvertrag zwischen dem Teilnehmer und der Veranstalterin anzuwenden sind, etwas anderes zugunsten des Teilnehmers ergibt.
 - b) wenn und insoweit auf den Seminarvertrag anwendbare, nicht abdingbare Bestimmungen im Mitgliedstaat der EU, dem der Teilnehmer angehört, für den Teilnehmer günstiger sind als die nachfolgenden Bestimmungen oder die entsprechenden deutschen Vorschriften.

11. SCHLUSSBESTIMMUNGEN

- 11.1 Erfüllungsort für sämtliche Ansprüche aus dem Vertrag ist der Veranstaltungsort.
- 11.2 Sollte eine Bestimmung dieser Teilnahmebedingungen ganz oder teilweise unwirksam, undurchführbar oder anfechtbar sein, so bleiben die übrigen Bestimmungen davon unberührt.

WIDERRUFSRECHT

Wenn Sie Verbraucher sind, haben Sie ergänzend zu unseren Lehrgangsbedingungen ein Widerrufsrecht.

WIDERRUFSRECHT

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Sebastian-Kneipp-Akademie (SKA)
Kneipp-Bund e.V.
Adolf-Scholz-Allee 6 – 8
86825 Bad Wörishofen
Telefon 08247 3002-130, Telefax 08247 3002-198
ska@kneippbund.de, www.kneippbund.de
Rechtsform: eingetragener Verein (AG Memmingen VR 432)

WIDERRUFSFOLGEN

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

BESONDERE HINWEISE

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.



Wir in Bad Wörishofen

sind mit allen Wassern gewaschen.

Wasser, Gas, Strom, Wärme und Mobilität –

unsere dynamische Region benötigt die beste Versorgung.

Mit Sicherheit. Mit absoluter Zuverlässigkeit.

Und mit klaren Vorteilen. **Für Sie!**