

# ARTEM

International Feldenkrais Training

Chiemsee 9

Fraueninsel Chiemsee / Germany August  
2018 - Juli 2022

# Trainings-Programm

Artem bietet Ihnen in wunderbarer Umgebung eine fundierte international anerkannte Ausbildung zum/ zur Feldenkraislehrer/in an. Wir fördern Ihre somatischen Lernprozesse, das Entdecken Ihrer persönlichen Ressourcen und deren Transfer in den Alltag.

Unser pädagogischer Leiter Jerry Karzen ist durch die langjährige Erfahrung mit und die Begleitung von Moshe Feldenkrais in der Entwicklung und Anwendung seiner Methode einer der authentischsten Vermittler.

Moshe Feldenkrais (1904 - 1984) verknüpfte Kenntnisse in Physik, Maschinenbau, Kampfkunst wie auch sein Wissen in Biomechanik, Neurologie, Physiologie und Psychologie mit eingehenden Beobachtungen darüber, wie menschliche Bewegungsmuster mit unserer angeborenen Lernfähigkeit und den Möglichkeiten leichten und effektiven Handelns zusammenhängen. Das wissenschafts-praktische Ergebnis ist die Feldenkrais-Methode.

## Die Feldenkrais-Methode

Bewusste Bewegung, die Wissen schafft.

Ein einzigartiges System für menschliches Wachstum und die Entwicklung des eigenen Handlungspotenzials.

Learning is what we do if we don't know what to do.  
(Guy Claxton, Wise up)

Unsere Lernfähigkeit ist uns angeboren. Als Kinder finden wir neugierig alles heraus, voll vertieft, mit allen Sinnen und mit Hingabe bei der Sache. Zunächst wissen wir nichts, alles ist neu. Wir probieren aufmerksam immer wieder neue Möglichkeiten aus und: lernen!

Als Erwachsene scheint uns alles schon bekannt. Der Zustand des Nicht-Wissens ist ein kostbarer Moment. Bewegung ist das Mittel und zunächst sind die meisten Menschen überrascht, dass sie effizienteres und komfortableres Handeln lernen, gleichzeitig ihre Flexibilität steigern können und das einfach schon, indem sie den gesamten Verlauf einer Bewegung aufmerksam und bewusst verfolgen und die jeweiligen Bewegungsempfindungen wahrnehmen.

Bewusstheit und Bewegung als Grundform von Denken und Wissen sind Voraussetzung jedes ursprünglichen Lernprozesses. In Bewegung erfahren wir Wissen und geben es weiter, in Bewegung verbinden sich theoretische und praktische Wissenskultur.

Während des Trainings entdecken die TeilnehmerInnen die ihnen angeborene kindliche Neugier wieder und verbessern ihre Lernfähigkeit, indem sie sich mit jedem Aspekt ihres Selbst einbringen.

Die Ausbildung zum/zur Feldenkrais-Lehrer/in ist eine Investition in das eigene Können und Wissen. Praktisches und theoretisches Wissen über unsere eigene Lernfähigkeit und unser Handlungspotenzial gehört ebenso zu den kulturellen Grundlagen wie Lesen und Schreiben.

ARTEM

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Team

## Der pädagogische Leiter und Trainer

### Jerôme „Jerry“ Karzen Hawaii / USA Feldenkrais Senior Trainer

graduierte 1977 in Dr. Feldenkrais San Francisco Training und arbeitete mit ihm am Feldenkrais Institute in Tel Aviv.

Jerry war der Präsident der Nordamerikanischen Feldenkrais Gilde. Zwischen 1976 und 1984 war Jerry Sekretär, enger Freund und persönlicher Reisebegleiter von Dr. Moshe Feldenkrais. Er assistierte ihm bei der Herausgabe der beiden letzten Bücher, koordinierte 95% seiner Videoaufnahmen in Funktionaler Integration oder machte die Aufnahmen selbst. Jerry organisierte Dr. Feldenkrais' letztes Training in Amherst/USA und wurde 1982 von ihm persönlich zum Trainer ernannt.

Seit über 35 Jahren ist/war er pädagogischer Leiter für Feldenkrais Programme in Australien, Neuseeland, Europa (Deutschland, Italien, Schweiz) Hawaii, Brasilien und Nordamerika. In zahlreichen anderen Trainings Programmen ist er als Gasttrainer tätig. Jerry schaffte nach Dr. Feldenkrais' Tod die Grundlagen für die ersten Feldenkrais Trainings in Deutschland und anderen Ländern und setzte deren Trainer ein.

Auf der Grundlage seiner Studien in Philosophie, seiner Tätigkeit im Gesundheitswesen, sowie seiner jahrzehntelangen Erfahrung in somatischer Erziehung, vermittelt er die Methode in ihrer ganzen Bandbreite als somatische Lernmethode für jeden Menschen. Er bietet damit den Studenten einen weiten Blick auf die Methode und ihre Anwendung und lässt viel Raum für ihren individuellen Lernprozess. In den Artem Trainings profitieren die Studenten von seiner profunden und authentischen Kenntnis des Original Video Materials von Dr. Moshe Feldenkrais Einzel und Trainingsstunden, sowie von seinen langjährigen persönlichen Erfahrungen mit dem Urheber der Feldenkrais Methode.

Mit seinem Humor, seinem Verständnis und seiner ungezwungenen Art bietet Jerry eine einzigartige High-Quality-Ausbildung. Jerry unterrichtet bis zu 60 % des Trainings. Jerry Karzen lebt auf Maui/Hawaii.

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Assistenztrainerin und Organisatorin

## Anna Karin Engels, Köln Certified Assistant Trainer

graduierte im Feldenkrais Training 1992 in Hamburg bei Jerry Karzen.  
Organisatorin der ARTEM International Chiemsee Trainings seit 1998.  
Assistenz Trainerin seit 2006. Praktiziert die Feldenkrais-Methode seit 1990  
in freier Praxis in Köln und Umgebung, in public und advanced trainings im  
In- und Ausland.

Praxis für somatische Balance in Köln [www.feldenkrais-ake.de](http://www.feldenkrais-ake.de)  
1992-1996 Vorstandsmitglied der Feldenkrais Gilde Deutschland.

Background:

Intensivberaterin Idioktische Gesprächsführung (GIG Würzburg) seit 2000  
- Kommunikationstraining, Diplom-Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin  
in Rehabilitation und Prävention. Abgeschl. Studium Bewegungstheater, Mu-  
sik, Tanz, Biologie und Kunst. Freie Theaterarbeit, Butoh dance, Yoga über 7  
Jahre. Langjährige Meditationspraxis.

Als Assistenztrainerin, certified FELDENKRAIS® Practitioner FVD und be-  
gleitende Organisatorin liegt ihr daran, in lockerer, humorvoller und ent-  
spannter

Atmosphäre einen optimalen, angenehmen und trotzdem herausfordernden  
Lernprozess zu ermöglichen, der eigenständiges Denken und Praktizieren  
fördert.

Anna Karin entwickelt/e eigene Seminarprogramme, die auf der Grundla-  
ge der Feldenkrais Methode Bewegung, Sprache, Stimme, bildende Kunst,  
Musik, Arbeit mit Kindern und Senioren, Sportlern zur somatischen Balance  
verbinden. Sie leitet externe und innerbetriebliche Seminare im In- und Aus-  
land zur Gesundheitsförderung und Prävention am Arbeitsplatz- Schwer-  
punkt Resilienz, Stressregulation, Feldenkrais im Job. Zudem ist sie als  
Supervisorin für Feldenkrais Studenten und Feldenkrais Lehrer tätig.

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Der Trainingsort

Frauenchiemsee ist eine einmalig schöne Insel mitten im Chiemsee / Bayern mit einem Kloster aus dem Mittelalter. Unsere Ausbildung findet in der, direkt am See gelegenen, Aula des Klosters statt.

In dieser geschützten, autofreien und friedlichen Umgebung mit phantastischem Blick auf den Chiemsee und die Alpen wird Lernen zum Vergnügen. Die geplanten Unterrichtszeiten geben die Möglichkeit am Training teilzunehmen und auch die zahlreichen Aktivitäten in der Natur zu genießen, wie Bergwandern, Schwimmen und Segeln. München und Salzburg bieten sich für kulturelle Ausflüge an.

Für erste Eindrücke von der Region:  
[www.chiemgau-online.de](http://www.chiemgau-online.de) oder [www.gstadt-am-chiemsee.de](http://www.gstadt-am-chiemsee.de)

## Einkaufen

Der winzige Inselladen, mitten auf der Insel, hat ein erstaunlich umfangreiches Angebot und die Möglichkeit bis zum nächsten Tag alles zu bestellen, was der Supermarkt am Festland im Angebot hat. Öffnungszeiten: im Sommer täglich einige Stunden vormittags, in der Nebensaison ca. 3 - 4 Mal wöchentlich. Die Zeiten ändern sich je nach Saison, also die aktuellen Öffnungszeiten anschauen, die am Laden ausgehängt sind.

In Gstadt gibt es einen kleinen Supermarkt, einen Bäcker, Poststelle, Bank, Geldautomat. In Prien finden sich alle üblichen Supermärkte, auch ein gut sortierter Ökoladen, Banken, Post.

## Restaurants auf der Insel

Linde, Klosterwirt und Inselwirt und einige andere kleine Biergärten, die auch Chiemseefisch bieten.

Bei den Fischern der Insel bekommt man Räucherfisch z.B. die leckeren Renkensemmeln! Die Öffnungszeiten der Küchen enden je nach Saison unterschiedlich. Im Sommer hat natürlich alles so lange wie möglich auf.

In der Nebensaison kann in der Linde abends z.B. um ca. 20.30/21.00 Schluss sein. Die Inselwirtin hat im Herbst/Winter geschlossen, beim Klosterwirt ist im Winter früh Schluss, damit die Küchencrew noch das letzte Schiff zum Festland bekommt.

Fahrrad- und Bootsverleih finden sich in Gstadt und Prien.

**ARTEM**

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Trainingsplan Chiemsee 9

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Jahr 1	Datum	Tage	Betrag	Zahlungsziel
Segment 1	27. Juli - 07. August 2018	10 Tage	1.080 €	13.07.2018
Segment 2	23. Oktober - 02. November 2018	10 Tage	1.080 €	09.10.2018
Segment 3	23. April - 11. Mai 2019	15 Tage	1.620 €	09.04.2019
Segment 4	22. - 26. September 2019	5 Tage	540 €	08.09.2019
<b>Jahr 2</b>				
Segment 4	28. September - 02. Oktober 2019	5 Tage	540 €	08.09.2019
Segment 5	22. Oktober - 08. November 2019	15 Tage	1.620 €	08.10.2019
Segment 6	13. April - 01. May 2020	15 Tage	1.620 €	30.03.2020
Segment 7	13. - 17. August 2020	5 Tage	540 €	30.07.2020
<b>Jahr 3</b>				
Segment 7	20. - 31. August 2020	10 Tage	1.080 €	30.07.2020
Segment 8	08. - 19. Oktober 2020	10 Tage	1.080 €	24.09.2020
Segment 9	05. - 23. April 2021	15 Tage	1.620 €	22.03.2021
Segment 10	12. - 16. August 2021	5 Tage	540 €	29.07.2021
<b>Jahr 4</b>				
Segment 10	19. - 30. August 2021	10 Tage	1.080 €	29.07.2021
Segment 11	14. - 25. Oktober 2021	10 Tage	1.080 €	30.09.2021
Segment 12	18. - 29. April 2022	10 Tage	1.080 €	04.04.2022
Segment 13	11. - 22. August 2022	10 Tage	1.080 €	28.07.2022
<b>Gesamt</b>	(Alle Angaben vorbehaltlich Änderungen)	<b>160 Tage</b>	<b>17.280 €</b>	

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Trainingsgebühren Chiemsee 9

€ 108,00 pro Unterrichtstag  
 € 4.320,00 pro Trainingsjahr (40 Tage).  
 Unterkunft und Verpflegung sind nicht enthalten.

Jahr 1	Datum		
Segment 1	27. Juli - 07. August 2018	10 Tage + 2 Tage frei	Jerry Karzen
Segment 2	23. Oktober - 02. November 2018	10 Tage + 1 Tag frei	Jerry Karzen
Segment 3	23. April - 11. Mai 2019	15 Tage + 4 Tage frei	Julie Casson
Segment 4	22. - 26. September 2019	5 Tage	Jerry Karzen
<b>Jahr 2</b>			
Segment 4	28. September - 02. Oktober 2019	5 Tage	Jerry Karzen
Segment 5	22. Oktober - 08. November 2019	15 Tage + 3 Tage frei	Lior Pessach
Segment 6	13. April - 01. May 2020	15 Tage + 4 Tage frei	Jerry Karzen
Segment 7	13. - 17. August 2020	5 Tage	Ulrike Apel
<b>Jahr 3</b>			
Segment 7	20. - 31. August 2020	10 Tage + 2 Tage frei	Ulrike Apel Practicum
Segment 8	08. - 19. Oktober 2020	10 Tage + 2 Tage frei	Ruty Bar
Segment 9	05. - 23. April 2021	15 Tage + 4 Tage frei	Ilan Jacobsen
Segment 10	12. - 16. August 2021	5 Tage + 2 Tage frei	Jerry Karzen
<b>Jahr 4</b>			
Segment 10	19. - 30. August 2021	10 Tage + 2 Tage frei	Jerry Karzen
Segment 11	14. - 25. Oktober 2021	10 Tage + 2 Tage frei	Jerry Karzen
Segment 12	18. - 29. April 2022	10 Tage + 2 Tage frei	Jerry Karzen
Segment 13	11. - 22. August 2022	10 Tage + 2 Tage frei	Julie Casson Certification
<b>Gesamt</b>	(Alle Angaben vorbehaltlich Änderungen)	<b>160 Tage</b>	

# Das Curriculum

I hear, I forget, I see,  
I remember I do, I understand

Das Training vermittelt die beiden grundlegenden Aspekte der Feldenkrais Methode. Bewusstheit durch Bewegung (ATM= Awareness through movement)

Dr. Moshe Feldenkrais entwickelte über 2000 grundlegende ATM-Lektionen. In der Gruppe entdeckt und erfährt jede/r Teilnehmer/in individuell und im eigenen Tempo das enorme Spektrum menschlicher Lernfähigkeit mittels Bewegung.

Spüren, fühlen, wahrnehmen, vergleichen, unterscheiden, lenken der Aufmerksamkeit, mentale Bewegung, denken und experimentieren sind Inhalte des Trainings und erweitern unseren Handlungsspielraum. Sie geben die Chance zur Selbstentwicklung.

In diesen Lektionen hat Moshe Feldenkrais in einmaliger Weise Lern-Prinzipien wie Differenzierung, Beschränkung, Wahlmöglichkeiten etc. strukturiert und praktisch umgesetzt. Es finden sich Lern-Entwicklungs-Muster wie bei Babies und Kleinkindern und Bewegungsabläufe wie z.B. beim Sport, Tanz und in den Kampfkünsten, also das volle Potenzial von Lernen mittels Bewegung.

## Funktionale Integration (FI)

Diese sanfte, nicht-invasive Form der Berührung zwischen Praktizierenden und Lernenden bietet ein enormes Potenzial für menschliches Wachstum. Jede TeilnehmerIn bekommt im Verlauf des Trainings vom Team 12 Einzelstunden Funktionale Integration, davon mindestens 1 Trainer Einzelstunde. Die folgenden Themen werden überwiegend im Kontext des Bewegungslernprozesses vermittelt:

- Die eigene Lernfähigkeit durch intensive Lernerfahrung in ATM und FI im Sinne von „Tun und Verstehen“ während des gesamten Trainingsprogramms erweitern
- Die Eigenwahrnehmung und die Wahrnehmung anderer entwickeln
- Die sensorische Wahrnehmung, Bewegungswahrnehmung und die Wahrnehmung von Gefühlen verfeinern
- Bewusstheit für motorische und sensorische Phänomene und deren komplexe Konfigurationen in Bezug auf die eigene Person und andere Personen entwickeln
- Das eigene Bewegungsgeschick durch reduzierten Krafteinsatz und das Gestalten von Wahlmöglichkeiten im Lernprozess signifikant verbessern
- Die Verbindung zwischen ATM und FI erforschen und beim Unterrichten von ATM und FI das individuell Gelernte integrieren
- Ein reiches Repertoire und eine Vielfalt von Bewegungsvariationen entwickeln und erfahren

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

- ATM und FI unter Supervision mit unterstützendem Feedback unterrichten
- Das Verständnis von „organischem Lernen “ entwickeln und steigern
- Die Vielfalt der Lernmöglichkeiten für Menschen begreifen
- Die Dynamik des Lernens und das innewohnende Potential des Lernprozesses erkennen und die Feldenkrais Lerntheorie verstehen
- Sich der Intention für eine Aktion bewusst werden
- Die elementare Funktion des Lernens verstehen
- Unabhängiges Denken und Bedeutung und Funktion von Wahlmöglichkeiten als notwendige Voraussetzung für fortwährendes Lernen verstehen
- Integration von Denken und Handeln in einer eher non-linearen als kausalen Weise lernen
- Erfahren und Verstehen was eine Funktion ist und wie sie sich auf das Individuum in der Schwerkraft und in seiner Umgebung bezieht
- Selbstgesteuertes Lernen als Voraussetzung für die individuelle und soziale Handlungsfähigkeit begreifen

Diskussionen zum theoretischen Hintergrund der Feldenkrais-Arbeit, Video- Aufzeichnungen von ATM- und FI-Lektionen und Vorträgen von Moshe Feldenkrais sind ebenso in den Unterricht eingebunden, wie Funktionale Anatomie, Physiologie, Kinesiologie, Neurophysiologie und Ethik. Darüber hinaus gibt es weitere Angebote z.B. zur Gesprächsführung und Tipps zu geschäftlichen Grundlagen für Berufseinsteiger.

## Abschluss und Akkreditierung

Nach erfolgreichem Abschluss der Chiemsee Trainings können Teilnehmer/innen Feldenkrais- Lehrer/in werden. Die Teilnahme am Training garantiert nicht automatisch den erfolgreichen Abschluss. Zwischen Ende des zweiten und dritten Trainingsjahres können TeilnehmerInnen die Erlaubnis erhalten, ATM in Gruppen zu unterrichten. Diese Erlaubnis dient dem Lernprozess des Studierenden und und erlischt, wenn nicht das komplette Training abgeschlossen wird. Nach erfolgreichem Abschluss der vier Trainingsjahre können die Teilnehmerinnen FI-Stunden unterrichten.

Das Training ist vom Deutschen Accreditation Board (DTAB) akkreditiert und international von den Feldenkrais-Berufsverbänden, die Mitglied in der International Feldenkrais Federation (IFF) sind, anerkannt. Das Ausüben der Feldenkrais Methode und die Verwendung der geschützten Wortmarken variiert von Land zu Land und ist evtl. Gebunden an die Mitgliedschaft in einem Berufsverband oder an zusätzliche Ausbildungen.

## Sprache

Unterrichtssprache ist Englisch. Deutsch- und Englischsprachige AssistentInnen und/oder erfahrene Feldenkrais-LehrerInnen werden Sie kontinuierlich während des Trainings begleiten. Auf Anfrage wird zusammenfassend und manchmal simultan auf Deutsch übersetzt.

[Trainingsprogramm](#)[Team](#)[Trainingsort](#)[Trainingsdaten](#)[Curriculum](#)[FAQ](#)[Unterkünfte](#)[Anreise](#)[Anmeldung](#)

# FAQ

## Zeiten, Kosten, Anmeldung?

Alle wichtigen Grundinformationen über das Training wie Ort, Zeiten, Kosten, Curriculum, Sprache, First Steps Kennenlertage für AusbildungsinteressentInnen, Anmeldung, finden Sie hier und auch auf unseren Websites:

[www.artem-feldenkrais.de](http://www.artem-feldenkrais.de) & [www.feldenkrais-training-program.com](http://www.feldenkrais-training-program.com)

## Kosten des Trainings:

108 € pro Trainingstag. € 4.320,00 pro Trainingsjahr (40 Unterrichtstage). Als anerkannte Schule sind wir z.Zt. MwSt befreit.

## Kann jeder am Training teilnehmen?

Grundsätzlich Ja. Und natürlich gehen wir davon aus, dass Sie Vorerfahrungen mit der Feldenkrais-Methode mitbringen, einen Beruf erlernen oder erlernt haben und sich körperlich, geistig und emotional in der Lage fühlen, an einem solchen Training mit 5-6 Std am Tag teilzunehmen. Wir gehen auch davon aus, dass körperliche Einschränkungen eine gute Voraussetzung sind: Einschränkungen und Fehler sind ein Schatz, den man heben kann. Das Training dient der Ausbildung zum Feldenkrais Practitioner – ob Sie diese Lernerfahrung beruflich oder als persönliche Bereicherung nutzen, steht Ihnen frei.

## Wie verläuft das Training?

Die ersten beiden Trainingsjahre beschäftigen sich schwerpunktmäßig mit eigenem somatischem Lernen in FELDENKRAIS® Bewusstheit durch Bewegung (ATM). Dr. Moshe Feldenkrais hat eine Fülle von Lektionen (ca. 2000) entwickelt, die für die eigene somatische Lernerfahrung zur Verfügung stehen. Ein wesentlicher Teil davon wird im Training life vom Trainer / Assistenz Trainer unterrichtet und manchmal durch Moshe Feldenkrais selber über Videoaufzeichnungen des Amherst-Trainings. Selbsterfahrung ist die Basis für die Vermittlung der Methode an andere. Von Beginn an fließen Erfahrungen und Unterricht in FELDENKRAIS® Funktionaler Integration (FI) ein, so dass deutlich wird, auf welche Weise beide Teile der Methode miteinander verbunden sind. Im dritten und vierten Trainingsjahr verlagert sich der Schwerpunkt auf den Einzelunterricht Funktionale Integration. Gleichzeitig bleibt Bewusstheit durch Bewegung aber bis zum Schluss Bestandteil des Unterrichts.

## Wie läuft der Unterricht ab?

Der Kernunterricht beträgt 5 Stunden pro Tag. Vor und nach dem Kernunterricht, nach Absprache im Unterricht und in der Mittagspause können die Trainings-FI's gegeben werden, bei denen die TeilnehmerInnen zusehen können. Der Unterricht setzt sich aus ATM's, FI, Unterrichts-Gesprächen, Videoaufzeichnungen (Amherst und FI's) zusammen und wird entsprechend der Lernerfordernisse der TeilnehmerInnen aktuell gestaltet.

Die täglichen Unterrichtszeiten werden von den TrainerInnen zum Anfang des jeweiligen Trainingssegments endgültig festgelegt. Beginn ist meist um 09:15 Uhr, das Ende richtet sich nach der Länge der Pause, meist jedoch bis 16:15.

ARTEM

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

## Wer unterrichtet?

Der Pädagogische Leiter, Jerry Karzen, unterrichtet als Trainer bis zu 60 % des Trainings. Die anderen Segmente werden von 3-5 Gast-Trainern unterrichtet, so dass eine Bandbreite an Persönlichkeiten und Unterrichtsstilen gegeben ist. Bei Bedarf unterstützt eine Assistentin und/oder eine erfahrene FeldenkraislehrerIn die TrainerIn in diesem auf 20 – max. 45 TeilnehmerInnen ausgelegten Training. Trainings FIs werden von den Trainern sowie Mitgliedern des Trainingsteams gegeben. Das gesamte Team begleitet unterstützend den Lernfortschritt der TeilnehmerInnen, steht für persönliche Gespräche zur Verfügung und ist auch zwischen den Trainingssegmenten ansprechbar.

## Welches Training ist für mich das Beste?

Ein Training stellt – anders als ein Workshop – höhere Anforderungen. 5 Stunden somatisches Lernen am Tag sind eine Herausforderung. Umso wichtiger ist es, dass Sie sich in der Lernumgebung wohl fühlen, vor allem den Pädagogischen Leiter und das Team, sowie ihre Art zu unterrichten und das Training zu gestalten, schätzen. vorwiegend der somatischen Lernerfahrung zur Verfügung stellen. Damit Sie in diesem Sinne eine fundierte Entscheidung treffen können, laden wir Sie ein, als Kennenlern-Gast in eines der laufenden Trainings zu kommen. Termine finden Sie auf unserer Website oder Sie können sie telefonisch erfragen.

## Wie sieht es mit den Theorien aus?

Theoretische Hintergründe, Bezüge, Anregungen und Fragen werden in den Unterricht eingeflochten. Von den TeilnehmerInnen wird Eigeninitiative (z.B. Arbeitsgruppen) und Literaturstudium zwischen den Trainings-Segmenten erwartet. Der Pädagogische Leiter möchte für ein fundiertes Basistraining die ohnehin begrenzte Trainingszeit vorwiegend der somatischen Lernerfahrung zur Verfügung stellen.

Ergänzende Angebote z.B. in Anatomie, Neurologie, Idiolektischer Gesprächsführung (Schwerpunkt ist die Eigensprache eines jeden Menschen, z. B. im Gespräch mit einem Klienten vor einer FI) und Existenzgründung werden teils ins Training integriert oder zusätzlich für interessierte TeilnehmerInnen angeboten.

## Wann darf ich mit der Feldenkrais - Methode arbeiten?

Bei erfolgreicher Teilnahme bekommen Sie im Verlauf des dritten Trainingsjahres die vorläufige Berechtigung, FELDENKRAIS® Bewusstheit durch Bewegung zu unterrichten, als Bestandteil der Ausbildung. Wenn Sie die Mitgliedschaft im Feldenkrais-Verband Deutschland e.V. gewünscht haben, werden Sie dann als „Studentisches Mitglied im Mitglieder-Adressverzeichnis des Verbandes geführt.

Nach erfolgreichem Abschluss der gesamten 4 Trainingsjahre erhalten Sie ein Zertifikat als international anerkannter Feldenkrais Practitioner. Es berechtigt Sie, Feldenkrais Bewusstheit durch Bewegung und Funktionale Integration zu unterrichten und bei Mitgliedschaft in einem nationalen Berufsverband die eingetragenen geschützten Marken benutzen. Sie können dem Feldenkrais Verband Deutschland e.V. als Vollmitglied beitreten, sich also FELDENKRAIS® Practitioner nennen und am regelmäßigen Lizenzierungsverfahren teilnehmen.

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

## Gibt es Prüfungen?

Nein, nicht im schulischen Sinn. Ein frei angebotenes Training bietet genau den Freiraum, der somatisches Lernen ganz im Sinn der Feldenkrais-Methode ohne herkömmlichen Prüfungsstress ermöglicht; und das Training selber bietet ausreichend Möglichkeit für TrainerInnen, AssistentInnen und erfahrene Practitioner, den Lernfortschritt der einzelnen TeilnehmerInnen wahrzunehmen und zu werten (Kumulatives Verfahren). So ist jeder Trainingstag Teil des Lernfortschritts.

Am Ende des zweiten Trainingsjahres gibt es ein kleines ‚Praktikum‘, in dem die TeilnehmerInnen die Möglichkeit haben, unter Supervision einen Abschnitt in ‚Bewusstheit durch Bewegung‘ zu unterrichten. Am Ende des vierten Trainingsjahres geben die TeilnehmerInnen eine oder zwei Stunden ‚Funktionale Integration‘ unter Supervision.

## Und wenn ich mal nicht teilnehmen kann?

Pro Trainingsjahr sind 5 Fehltage erlaubt, während des gesamten Trainings jedoch nicht mehr als 10 Fehltage. Sobald mehr als die vorgesehenen Fehltage anfallen, können Sie in Absprache mit dem Pädagogischen Leiter diese Fehlzeiten in einem anderen Trainingsprogramm auf dem gleichen Ausbildungslevel nachholen (Näheres siehe Ausbildungsvertrag).

## Und wenn ich aussteigen oder unterbrechen muss?

Dann ist das jederzeit innerhalb der vereinbarten Kündigungsfrist (siehe Ausbildungsvertrag) möglich. Da Sie Ihr Training erst 7 Jahre nach Trainingsbeginn abschließen müssen, können Sie unterbrechen und zu einem späteren Zeitpunkt in eines unserer Trainings oder ein anderes Training wieder einsteigen.

## Und wie zahle ich die Trainingsgebühr ?

Der einfachste Weg ist die Ratenzahlung per Dauerauftrag – die monatliche Summe ist überschaubar und Sie müssen nicht über die Zahlungsdaten nachdenken. Zahlungen 4 Wochen vor Segmentbeginn sind auch möglich, erfordern jedoch mehr Eigendisziplin das Zahlungsziel einzuhalten.

Auch jährliche Zahlung ist möglich jeweils zu einem Zeitpunkt am Anfang jeden Trainingsjahres. Sprechen Sie uns an, wenn Sie weitere Wünsche haben. Einige Arbeitgeber unterstützen Sie in der Finanzierung der Ausbildung – einfach anfragen. Manche Länder gewähren die Anrechnung von Bildungsprämien oder unterstützen Umschulungen etc. Bitte erkundigen Sie sich in Ihrem jeweiligen Land nach Fördermöglichkeiten.

Ich brauche ein Schreiben für meinen Arbeitgeber damit ich am Training teilnehmen kann.

Sagen Sie uns einfach Bescheid in welcher Form Ihr Arbeitgeber informiert werden möchte und wir schicken Ihnen umgehend ein solches Schreiben zu.

**ARTEM**

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

## Wo kann ich wohnen?

Für die Unterbringung sorgen die TeilnehmerInnen selbst. Sie finden ein breites Angebot an Ferienwohnungen und Privatzimmern in allen Preisklassen. Die meisten TrainingsteilnehmerInnen wohnen in Zimmern oder Apartments auf dem Festland in Gstadt und Umgebung. Campingplätze sind rund um den See vorhanden, ebenso Ferienhäuser, die zu 2-6 anzumieten sind. Wohnen auf der Fraueninsel ist möglich, jedoch exklusiver und vom Angebot wegen der Größe der Insel begrenzt. Zimmer im Kloster mit Küchennutzung sind im Doppelzimmer ab z.Z. 35€ pro Person möglich, je nach Seminarbetrieb. Da der Chiemsee eine beliebte Freizeitregion ist, empfiehlt sich eine rechtzeitige Buchung.

Informationen und online-buchung unter [www.gstadt-am-chiemsee.de](http://www.gstadt-am-chiemsee.de)

## Gibt es Kinderbetreuung?

Wir sind gern mit Tipps zur Organisation von Kinderbetreuung behilflich. Kinder und Babies sind außerdem im Training als Gäste sehr willkommen wenn sie sich in Ruhe beschäftigen können bzw. schlafen. Ältere Kinder können auch mitmachen wenn der Unterrichtsstoff es erlaubt.

## Muss ich Unterrichtsmaterial mitbringen?

Zum Glück nicht, reisen Sie unbeschwert an mit Ihrem persönlichen Gepäck, bewegungsfreundlicher Kleidung, Hausschuhen und warmen Socken an. Feldenkrausbänke, Rollen- und Polstermaterial, Decken und Isomatten sind bereits vor Ort. Sie können sogar Ihre eigene Matte/Decke an unserem Lagerort auf der Insel über die 4 Trainingsjahre lagern.

## Wie behalte ich die Inhalte und lerne zu Hause?

Learning by doing – somatisches Lernen verläuft nonlinear, was ich begriffen habe- erinnere ich.

Trotzdem empfehlen wir nach dem Unterricht in kleinen teams zu sammeln, was behalten wurde, interessant war, welche Veränderungen geschehen sind. Und auszuprobieren mit Kommilitonen oder Freunden zu Hause.

Für das selbstlernen zuhause versuchen wir jedem Studenten am Ende eines Segments MP3 Mitschnitte der Unterrichtsstunden zum Selbstlernen und studieren zu Hause zur Verfügung zu stellen.

## Und wie komme ich zur Insel?

Von Prien oder Gstadt am Nordufer des Sees pendeln regelmässig Fähren. Jeder Student kann sich 10er Karten kaufen, mit der Sie 10% der Fahrtkosten spart. Leider gibt es keine Möglichkeit mehr unsere Artem Tickets zu erwerben, allerdings gibt es seit 2021 neuerdings Teilfahrt-Tickets, mit denen die Strecken von Gstadt/Prien zur Fraueninsel nur noch 3.20€ pro Fahrt kosten. Somit liegen die Kosten der 10er Tickets bei 28,80.

Die Tickets können vor der Abfahrt am Anleger erworben werden.

**ARTEM**

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

# Wohnmöglichkeiten Fraueninsel Gstadt und Umgebung

Diese Liste stellt eine kleine Auswahl dar, sie ist nicht vollständig.  
Bitte das Verzeichnis des Tourist Info Gstadt, Seeplatz 5, 83257 Gstadt,  
Tel: 08054 - 442 Fax: 08054- 7997

([www.gstadt.de](http://www.gstadt.de); [www.chiemsee-inseln.de](http://www.chiemsee-inseln.de); [www.fraueninsel.de](http://www.fraueninsel.de))  
und die Liste der Privatvermieter auf der Fraueninsel:  
Tel: 0 80 54 - 92 16 und 9 03 90 mit heranziehen.

Da die Preise sich auch saisonal verändern, sind alle Angaben  
unverbindlich. Apartments in Breitbrunn /Gollenhausen sind auch attraktiv  
vom Preis. Hier empfiehlt sich die Mitnahme von Auto /Fahrrad oder  
Bildung von Fahrgemeinschaften (2-7 km Entfernung zum Schiffanleger).

Wer auf der Fraueninsel wohnt fährt mit der Gastkarte des Vermieters  
auf dem Schiff mit der gleichen Ermäßigung zwischen Gstadt und der  
Fraueninsel wie mit dem ARTEM Teilnehmerausweis  
(nur für eingeschriebene TrainingsteilnehmerInnen und NachholerInnen).

Liste der Privatvermieter auf der Fraueninsel: Tel: 0 80 54 - 92 16 und 9 03 90

Unterkünfte am Festland: ein Vermieterverzeichnis kann man anfordern bei  
Tourist Info Gstadt, Seeplatz 5, 83257 Gstadt, Tel: 08054 - 442 Fax: 08054- 7997 [info@gstadt.de](mailto:info@gstadt.de).  
Online Buchung: [www.gstadt-am-chiemsee.de](http://www.gstadt-am-chiemsee.de).  
von Gstadt fährt man 10 min. mit dem Schiff zur Fraueninsel.

Informationen zum Schiffsfahrplan: [www.chiemsee-schiffahrt.de](http://www.chiemsee-schiffahrt.de)

## Ferienwohnung Breitbrunn

Frau Lösch	08054-420	2 Schlafzimmer (DZ).
Schubeck	08054-7057	Apartment, Kü, Bad.

## Zimmer/Ferienwohnungen in Gstadt

Heistracher	08054-7397 oder 9136	
Alexandra Kugler	089-35663044 08054-283	Große Fewo für 3 Personen, Küche, Bad, Terrasse, Sauna, direkt am See, ca. 12 min. zum Schiffsanleger, weitere FeWo anfragen.
Pletzenauer	08054-341	8 Doppelzimmer mit Dusche, direkt am Schiffsanleger.
Gästehaus Stocker	08054-657	Diverse Ferienwohnungen.
Reichl	08054-313	Auch Apt. mit Kochgelegenheit.
Obinger Maieralmweg	08054-338	Ferienwohnungen für 2-4 Personen.
Ferienresidenz ChiemseeStern	08054-906690 fax: 9066955	<a href="mailto:info@chiemseestern.de">info@chiemseestern.de</a> , <a href="http://www.chiemseestern.de">www.chiemseestern.de</a> Sehr schöne Apartments, höhere Preiskategorie.

## Zimmer/Ferienwohnungen auf der Fraueninsel

Baumann (Junior)	08054-7572	Kleines Apartment: Schlafzimmer+Wohnküche
Kloster	08054-7644	EZ/DZ 27-55 € (2017)
Peter Holzmeyer	08054-328	EZ/DZ mit Kochmöglichkeit Frauenchiemsee 14A, 83256 Frauenchiemsee <a href="http://www.haus-sommerfrische-fraueninsel.de">www.haus-sommerfrische-fraueninsel.de</a>
Klampfleuthner	08054-824	EZ/DZ
Lanzinger	08054-329	Ferienwohnungen 2 – 3 Personen, und Gast- Zimmer
Wörndl	08054-7259	Kleine Wohnung

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

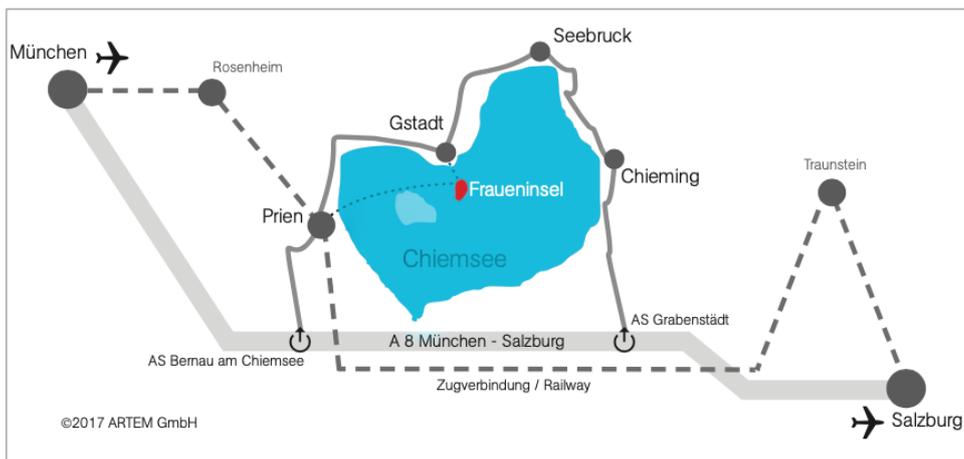
Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung



**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

## Anreise Fraueninsel/Chiemsee

Kleiner Tipp vorneweg: die Wege zum Schiff und auf der Insel sind zwar nicht lang, aber günstig ist rollendes Gepäck. Wer auf der Insel wohnt, wird auch die rollende Einkaufstasche schätzen.

### per Flieger

vom Flughafen München (Franz-Josef Strauß) mit der S-Bahn (Tickets gibt es gegenüber der Rolltreppe, die eine Ebene tiefer zur S-Bahn führt) bis Ostbahnhof München (alle 10 Min.) - weiter mit dem Zug nach Prien. Weiter siehe: ‚vom Bahnhof Prien zur Fraueninsel‘

### per Bahn

von München oder Salzburg nach Prien / Chiemsee

### vom Bahnhof Prien zur Fraueninsel

Vom Bahnhof Prien aus mit der Chiemseebahn (nur im Sommer), dem Bus, Taxi oder zu Fuß (20 Min.) zum Schiffsanleger Prien-Stock, mit dem Schiff zur Fraueninsel (20 Min.). Fahrpreismäßigung siehe unten. Die Schiffe von Prien zur Fraueninsel fahren

Weiter mit dem Schiff zur Fraueninsel (10 Min.).

Informationen zum Schiffsfahrplan: [www.chiemsee-schiffahrt.de](http://www.chiemsee-schiffahrt.de) im Sommer ausreichend häufig und länger, in der Nebensaison fährt das letzte Schiff meist gegen 17:00 Uhr. Als alternative Möglichkeit können Sie vom Bhf. Prien aus mit dem Bus oder Taxi nach Gstadt und weiter mit dem Schiff zur Fraueninsel (10 Min.) fahren.

Informationen zum Schiffsfahrplan: [www.chiemsee-schiffahrt.de](http://www.chiemsee-schiffahrt.de)

## per Auto

nach Gstadt am Nordufer des Chiemsees. Da die Fraueninsel autofrei ist, in Gstadt das Auto parken, z.B. von Prien/Breitbrunn kommend auf dem Parkplatz am Ortseingang gegenüber der Poststelle oder auf dem Parkplatz Pletzenauer (aus gleicher Richtung kommend zweitletztes Haus rechts vor der links abknickenden Vorfahrt), oder auf dem Parkplatz Gästehaus Rapplhof (in der links abknickenden Vorfahrt rechts abbiegen und ca. 50 m weiter rechts ist die Einfahrt). Auf den Parkplätzen fällt eine Tagesgebühr an. Bei längeren Parkzeiten kann man nach Ermäßigung fragen.

## Barrierefreiheit

Es ist kein Problem mit dem Rollstuhl auf die Insel zu kommen. Im Kloster gibt es ein behindertengerechtes Zimmer und Aufzüge. In unserer Trainings-Aula befindet sich natürlich ein Behinderten-WC.

[Trainingsprogramm](#)[Team](#)[Trainingsort](#)[Trainingsdaten](#)[Curriculum](#)[FAQ](#)[Unterkünfte](#)[Anreise](#)[Anmeldung](#)

# Anmeldung

## Wer kann sich anmelden?

Das Training ist konzipiert für Menschen aus allen beruflichen Richtungen und diversen Altersstufen und von speziellem Interesse für Menschen aus Bereichen, in denen Bewegung oder Lernen eine Rolle spielen:

Darstellende und bildende Künste, Musik, Schauspiel, Tanz, Sport, Sportpädagogik, wie auch Pädagogik, IT-Berufe, therapeutische Berufe, Berufe des Gesundheitswesens, Physio- und Ergotherapie, Psychotherapie, Medienberufe. Möchten Sie die Qualität ihrer Arbeit verbessern oder die Kunst und das Handwerk der Feldenkrais-Arbeit erlernen, dann sind sie eingeladen sich anzumelden. Wenn Sie sich anmelden und ausführlichere Informationen über das Training möchten, setzen sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Dem ausgefüllten Anmeldeformular (siehe letzte Seite der Info pdf) fügen Sie bitte bei:

- Eine Beschreibung ihres Bildungshintergrunds (formell und selbst angeeignet) und Berufserfahrung.
- Kurzbeschreibung Ihrer Erfahrung mit der Feldenkrais- Arbeit und Gründe warum Sie das Training machen möchten.
- 2 Empfehlungsschreiben (von einer Feldenkrais-LehrerIn oder anderen Personen, die sie persönlich kennen und Sie für das Training empfehlen).
- 2 aktuelle Fotos (digital oder Papier)
- Anmeldegebühr in Höhe von € 80,- (wird nicht ersetzt) bitte mit der Bewerbung auf unser Konto (s.u.) überweisen.

Die Anmeldung kann auf Deutsch erfolgen.

Bewerbungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Wenn Sie für das Training angenommen werden, bekommen Sie innerhalb 4 – 6 Wochen Bescheid.

Die Unterrichtskosten betragen € 4.320,00 pro Trainingsjahr (€ 108,- pro Tag), Unterkunft / Transport und Verpflegung sind nicht enthalten.

Verschiedene Zahlweisen sind möglich, Zahlung in monatlichen Raten (ohne zusätzliche Zinsen), pro Segment je 4 Wochen vorher oder jährlich.

## ARTEM GmbH

International Feldenkrais Trainings GmbH

Vertretungsberechtigte Geschäftsführerin: Anna Karin Engels

Herkenrather Straße 78

D-51465 Bergisch Gladbach

Handelsregister: Köln

Handelsregisternummer: HR B 79284

+49 02202 1893459

+49 0171 4023358

ake@artem-feldenkrais.de

www.artem-feldenkrais.de

Bankverbindung:

Postbank Hamburg

IBAN: DE 02 2001 0020 0798 1672 04 BIC: PBNKDEFF

**ARTEM**

International Feldenkrais Training

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

Name .....

Vorname .....

Geburtsdatum .....Geburtsort .....

Straße .....

Land ..... PLZ..... Ort .....

Telefon \tagsüber ..... \abends .....

Mobil ..... E-Mail .....

Beruf .....

Diese Angaben geben wir weiter an die DataBase des DTAB (Deutsches Training Accreditation Board) , in der alle Feldenkrais-StudentInnen und PädagogInnen geführt werden.

Stellen Sie diese Angaben zur Weitergabe an andere TrainingsteilnehmerInnen zur Verfügung z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften?  
bitte ankreuzen:  Ja  Nein

Sind sie selbstständig, angestellt oder in einem anderen Status?  
bitte ankreuzen:  Angestellt  Selbstständig  
Anderer Status .....

Welche Zahlungsweise wünschen Sie?  
bitte ankreuzen:  Monatliche Ratenzahlung  Jährlich  
 Per Ausbildungssegment

Ort ..... Datum .....

Unterschrift .....

ARTEM GmbH  
Postbank Hamburg  
IBAN DE 02 2001 0020 0798 1672 04 BIC PBNKDEFF

Trainingsprogramm

Team

Trainingsort

Trainingsdaten

Curriculum

FAQ

Unterkünfte

Anreise

Anmeldung

**ARTEM**  
International Feldenkrais Training

Artem International  
Feldenkrais Trainings GmbH  
Geschäftsführerin:  
Anna Karin Engels  
Herkenrather Straße 78  
D - 51465 Bergisch Gladbach  
Handelsregister Köln  
HR Nr.: HR B 79284  
+ 49 02202 1893459  
+ 49 0171 4023358  
[ake@artem-feldenkrais.de](mailto:ake@artem-feldenkrais.de)  
[www.artem-feldenkrais.de](http://www.artem-feldenkrais.de)