

# **From Polarity to Unity Polarity Essenz Grundkurs 2017 in Zug**

**Grundkurs, April 2017, an Wochenenden  
Basierend auf dem Buch: Polarity – Das grosse Grundlagen-  
und Arbeitsbuch (AT Verlag)**

---

## Inhaltsverzeichnis

1. Ziele	2
2. Lernbereiche in Modulen	2
3. Übersicht	4
4. Zielgruppe	4
5. Pädagogische Konzept	4
6. Leitung	5
7. Rahmenbedingungen	6
8. Daten	7

## 1. Ziele

- Sie setzen sich intensiv mit Methoden und Konzepten ganzheitlicher, energetischer Körperarbeit, insbesondere dem Polarity-Gesundheitsmodell, auseinander und können diese auf ihre Wirksamkeit hin überprüfen, anwenden und im Alltag umsetzen.
- Ihre taktile Wahrnehmung, Fertigkeit und Kommunikation wird gefördert, erweitert und vertieft.
- Sie werden durch prozessorientiertes Denken und Handeln befähigt, Heilungsprozesse bei sich selber, bei Patientinnen und Patienten wahrzunehmen und unterstützend zu begleiten.
- Die Schulung aller Sinneswahrnehmungen hilft Ihnen, sich selber und die Umwelt differenzierter zu erleben.
- Sie können das Gelernte anwenden und in den persönlichen Alltag integrieren.
- Sie entwickeln sich persönlich und beruflich weiter und lernen Ihre Kompetenzen realistisch einzuschätzen.

## 2. Lernbereiche in Modulen

### Modul 1

#### **Polarity-Prinzip**

Alles im Leben spielt sich im Spannungsfeld zweier Pole ab. Das Polarity-System ist ein Gesundheitsmodell, welches von Dr. Randolph Stone entwickelt wurde. Es integriert die Naturheilkunde aus westlichen und östlichen Traditionen.

Die Teilnehmenden setzen sich intensiv mit den grundlegenden Polarity-Begriffen auseinander und erkennen den Wert des Polarity-Prinzips als Teil der Polarity-Idee. Sie kennen die Bedeutung der Gesundheit und der 5 Säulen des Polarity: Achtsamkeit, Gespräch, Körperarbeit, Yoga und Ernährung. Dieses Grundlegende Wissen kann zur (Selbst-) Heilung von Menschen, Teams oder Unternehmen führen.

#### **Körperarbeit**

Die Körperarbeit wird gezielt mittels sanften Berührungen, Schaukelbewegungen und speziellen Dehn- und tiefen Drucktechniken am bekleideten Körper ausgeführt. Sie werden die Grundbehandlung der Polarity Essenz

### Modul 2

#### **Polarity-Yoga**

Wir erlernen Polarity-Körperübungen zur Selbsthilfe. Durch „müheloses Üben“ werden Lockerung, Haltungsverbesserung und Entschleunigung erreicht.

#### **Kommunikation**

Beim Gespräch locken Sie den inneren Kern zur Antwort. Vielleicht braucht es etwas Überraschendes, vielleicht etwas Wohlbekanntes, um der Seele die Hand zu reichen und mit ihr in Kommunikation zu kommen.

#### **Ernährung**

Menschen haben wie alle Lebewesen eine natürliche Fähigkeit zu wissen, welche Nahrung sie brauchen. Mit Kreativität, Bewusstsein und Wahrnehmung erlernen wir schrittweise, zu dieser Fähigkeit zurückzufinden. Nahrung ist Energieträger und damit auch Träger von Informationen und Lebensenergien.

### Modul 3

#### **Polarity-Elemente-Behandlungen, Fünfstern- und Sechsstern-Arbeit**

Die Elemente-Behandlungsabläufe dienen dem Erlernen und Üben der Kunst, sich auf die Energie der Elemente einzustimmen. Die Abbildungen des fünf- und sechsstrahligen Sterns bilden wichtige energetische Verbindungen im Körper des Menschen.

#### **Human Tuning, Stimmgabeln**

Durch Anschlagen von speziellen Stimmgabeln werden Klänge erzeugt. Die harmonischen Frequenzen wirken sowohl auf den stofflichen, als auch auf die energetischen Körper.

**Polarity Coaching** Persönliches Wachstum umfasst den fortlaufenden Prozess, durch Achtsamkeit in allen Lebensbereichen eine ausgewogene Balance zu erzielen.

Die Elemente-Behandlungsabläufe dienen dem Erlernen und Üben der Kunst, sich auf die Energie der Elemente einzustimmen. Wir lernen die Lebensenergie in den Elementen Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther wahrzunehmen und anzuwenden.

#### **Behandlungen beziehen**

Behandlungen, welche individuell bei der Kursleitung oder einer Fachdozentin / einem Fachdozenten bezogen werden, dienen der Vertiefung und Vernetzung der Kursinhalte, sowie dem bewussteren Wahrnehmen des eigenen Prozesses. Diese Behandlungsstunden werden von der Teilnehmerin / dem Teilnehmer direkt bezahlt.

#### **15 Behandlungsprotokolle**

Die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer sind aufgefordert ausserhalb der Kurstage mit Klientinnen und Klienten und/oder Patientinnen und Patienten Polarity anzuwenden und darüber Protokoll zu führen (15 Protokolle). Diese Protokolle sind für Sie persönlich und als Werkzeuge zur Bereicherung gedacht.

### 3. Übersicht

#### **Modul 1:**

Lebensenergie und Polaritäten, Polarity Idee, Polarity Grundprinzipien 3 Tage  
Polarity Grundbehandlung

#### **Modul 2**

Polarity Yoga, Polarity Ernährung, Achtsamkeit, Kommunikation, 3 Tage  
Resilienz und Selbstregulation

#### **Modul 3 / Einheit I**

Elementen-Behandlungen, Polarity Coaching und Work-Life-Balance, 3 Tage  
Human-Tuning

#### **Modul 3 / Einheit II**

Elementen-Behandlungen, 5 Stern- und 6 Stern-Behandlungen, 3 Tage  
Polarity Coaching

#### **Total**

(12 Tage zu 6 Stunden) **12 Tage**  
72 Stunden)

zusätzlich:

Übungsgruppe 12 Stunden

Behandlungen nehmen 5 Stunden

Behandlungen geben 15 Stunden

#### 4. Zielgruppe

Der Grundkurs Polarity Essenz ist geeignet zur persönlichen Weiterbildung oder als Ergänzung für Menschen, die in pädagogischen, künstlerischen oder gesundheitlichen Berufsfeldern arbeiten.

***Das Grundwissen der Polarity Essenz ist mit einer Notfall-Apotheke vergleichbar. Dieser Grundkurs öffnet die Möglichkeit, sich bei der S.H.N. Schule für holistische Naturheilkunde zur/zum Polarity-Therapeutin/Therapeuten auszubilden und erfüllt die Richtlinien der Schweizer Charta für Polarity® wie auch vom EMR ErfahrungsMedizinischen Register.***

#### 5. Pädagogisches Konzept

Der Kurs ist zeitlich und inhaltlich berufsbegleitend konzipiert. Die praktizierten Unterrichtsformen fördern aktive Lernprozesse. Initiative, Selbständigkeit und Selbstverantwortung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zur Erreichung der Lernziele bewusst gefördert.

Jeder Lernbereich wird schrittweise bearbeitet, indem die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer Basiswissen erwerben und erweitern, eigene Einstellungen und Gefühle wahrnehmen und reflektieren sowie praxisorientierte Bezüge zum persönlichem Arbeitsfeld schaffen.

#### 6. Leitung

**Andreas Ledermann, Jg. 1956**

***Dozent, Schulleiter, dipl. Polarity-Therapeut und Naturarzt, eidg. dipl. Ausbilder und Buchautor***

Seit 1990 ist Andreas Ledermann als Gesamtleiter, in Zusammenarbeit mit Fachdozentinnen und Fachdozenten, für dieses Bildungsangebot verantwortlich. Er führt seit vielen Jahren eine komplementärmedizinische Praxis und ist Mitinhaber der S.H.N. Schule für holistische Naturheilkunde. Seit 1983 ist er Dozent für komplementäre Heilmethoden in verschiedenen Institutionen im In- und Ausland. Er ist Polarity-Therapeut, Naturarzt, Buchautor und Mitglied beim NVS Naturärzte-Verband Schweiz und beim EMR ErfahrungsMedizinischen Register sowie Gründungsmitglied der Schweizer Charta für Polarity®.

2009 erschien das Buch «Polarity – Das grosse Grundlagen- und Arbeitsbuch» im AT-Verlag (Autoren: Dr. John Beaulieu, Andreas Ledermann und Dr. Ronald Schnetzer).

#### FachdozentInnen

- Brigitta Raimann, Jg. 1958

#### Verantwortung

- S.H.N., Andreas Ledermann, Zug
- Dr. John Beaulieu ist «geprüfter Training Manager» für die Zertifikation in USA bei der APTA

## 7. Rahmenbedingungen

### Dauer

12 Tage verteilt auf drei Module innerhalb eines Quartals, exkl. Übungsgruppe, Selbststudium und Behandlungen.

### Ort

Praxis Zug

### Kosten

Alle 3 Module CHF 1500

*Als Einzelmodule pro Tag Fr. 190.-*

Modul 1 CHF 570

Modul 2 CHF 570

Modul 3 CHF 1140

«Frühzählende» bis 01.01.2017 erhalten das neue Buch «Polarity – Das grosse Grundlagen- und Arbeitsbuch» vom AT Verlag gratis! *Repeater bezahlen die Hälfte der Kosten.*

### Bankverbindung

Zuger Kantonalbank, 6301 Zug

Post Konto 80-192-9

IBAN CH13 0078 7001 1701 0640 2

Andreas Ledermann-Raimann

Fadenstrasse 22

6300 Zug

### Abschluss

Der Grundkurs wird mit einer Kursbescheinigung der S.H.N. abgeschlossen. Diese berechtigt zur Teilnahme am Aufbaukurs Polarity Essenz 2 und Abschlusskurs Polarity Essenz 3 bei der S.H.N.

***Der Grundkurs wird an die dreijährige Ausbildung in Polarity Therapie angerechnet. Diplomierte Polarity Therapeutinnen und —Therapeuten können einer selbstständigen Praxistätigkeit nach gehen und sind berechtigt von der Polarity Charta das Polarity® zu führen.***

### Kleingedrucktes:

Den Kursausweis erhält, wer:

- die Schritte der Promotion erfüllt hat.
- nicht mehr als 10 % Absenzen aufweist.

### Promotion

5 Behandlungen KlientIn geben und protokollieren, Lernberichte mit LehrerIn oder Polarity Therapeuten besprechen.  
5 Behandlungen nehmen bei Dozenten.

### Annulationsbedingungen

Eine Kursabmeldung hat schriftlich an die S.H.N. zu erfolgen. Andernfalls können bereits einzahlte Kurskosten nicht mehr zurückerstattet werden.

Bei Abmeldung bis 21 Tage vor Beginn, wird der Betrag abzüglich 10% Bearbeitungskosten zurückerstattet. Erfolgt die Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt, kann ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt werden. Falls keine Ersatzteilnehmer/in gestellt werden kann, wird der Betrag nicht zurückerstattet. Für jede Abmeldung (auch wenn ein Ersatz ernannt werden

S.H.N. Postfach 901; CH 6301 Zug, Tel./Fax.: 041 711 30 11;

[www.ledermann-ramann.ch](http://www.ledermann-ramann.ch) [www.shn-international.org](http://www.shn-international.org)

konnte) wird eine Bearbeitungsgebühr von 10% der Kurskosten verlangt. Bei Ausfällen (infolge Krankheit oder Verhinderungen) besteht die Möglichkeit, einzelne Tage zu späterem Zeitpunkt zu kompensieren, was allerdings nicht garantiert werden kann, da es von der Gruppengrösse abhängt.

**Die Fortbildungsseminare sind kein Ersatz für Psychotherapie. Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung**

## **Polarity Essenz Grundkurs, Januar 2017**

**Modul 1:** Fr. 21. April 2017 18.00- 21.00 Uhr  
Sa.22. April 2017 09.00- 19.30 Uhr  
So.23. April 2017 09.00- 16.00 Uhr

**Modul 2:** Fr. 12. Mai 2017 18.00- 21.00 Uhr  
Sa.13. Mai 2017 09.00- 19.30 Uhr  
So.14. Mai 2017 09.00- 16.00 Uhr

**Modul 3:** Fr. 19. Mai 2017 18.00- 21.00 Uhr  
**Einheit I** Sa. 20.Mai 2017 09.00- 19.30 Uhr  
So. 21.Mai 2017 09.00- 16.00 Uhr

**Modul 3:** Fr. 02. Juni 2017 18.00- 21.00 Uhr  
**Einheit II** Sa. 03. Juni 2017 09.00- 19.30 Uhr  
So. 04. Juni 2017 09.00- 16.00 Uhr

Zug 10.01.2017, Änderungen vorbehalten