



Foto: Lucia Stockert

Sensory Awareness Jahresgruppe 2027 in Wien Liesing

Wir beschäftigen uns im Jahreskurs mit Themen wie Aufrichtung, Gleichgewicht, in Beziehung sein, zur Ruhe kommen, anwesend sein, reagerbereit sein mit den Grundlagen des Daseins. Dies tun wir in aller Ruhe und ohne etwas erreichen zu wollen. Wir erkunden uns selbst in Bezug zu unserer Umgebung und können durch diese Erfahrungen nach und nach immer mehr in die uns innewohnenden Ordnungstendenzen der Natur vertrauen.

Über die Sinne werden wir immer als gesamter Organismus angesprochen. Das Spüren, Hören, Riechen, Sehen, Schmecken ist unsere Verbindung zur Welt, in der wir leben. Diese Verbindung ist eine Grundlage, die wir meist nicht bewusst wahrnehmen, die uns jedoch im bewussten Erleben Stabilität, Spontaneität und Frische ermöglicht. Auch Gedanken und Gefühle ordnen sich dadurch.

Die Arbeitsweise ist einfach und konkret. Wir experimentieren mit den Gegebenheiten des Alltags: im Liegen, Sitzen, Gehen und Stehen, jede/r für sich, mit einem Partner/ einer Partnerin oder mit Gegenständen wie beispielsweise Steinen, Stäben ... So erkunden wir uns selbst in Bezug zur Welt, in der wir leben.

Dieser Kurs besteht aus vier Modulen mit einer gleichbleibenden Gruppe, der Leiterin und der Assistentin. Dies macht es möglich, einen begleiteten Prozess über ein Jahr zu erleben und so wird auch das notwendige, beständige Praktizieren zu Hause erleichtert. Wir freuen uns auf gemeinsam Sein.

Kurs Termine:

4.-6. März 2027

17.-19. Juni 2027

7.-9. Oktober 2027

25.-27. November 2027

Zeiten:

Donnerstags jeweils 16:30 – 19:30 Uhr

Freitags jeweils 10:00 - 12:30 und 15:30 – 18:00 Uhr

Samstags jeweils 10:00 - 12:30 Uhr

Ort:

Gemeinschaft B.R.O.T. – Kalksburg

Promenadeweg 5/1/40

A-1230 Wien Liesing

Kosten:

€ 1.120,-

Leitung:

Christine Rainer, Eberschwang, OÖ

Physiotherapeutin, Sensory Awareness-Leader, Dozentin Pikler®-Kleinkindpädagogik

christine@hansrainer.com, www.christinerainer.com

Assistentin:

Helga Kremser, Wien

Pilates Teacher Trainer, Spiraldynamik®-Fachkraft, Sensory Awareness-Leader

helgakremser@live.de, www.helgakremser.at

Für Fragen: 0680/3055541

Max. 14 Teilnehmer*innen

Bitte lockere, warme Kleidung tragen (Turnhose) und bei Bedarf eine Decke mitbringen.

Anmeldeschluss: 30.11.2026

Stornobedingungen:

Bei einer schriftlichen Abmeldung werden - unabhängig vom Grund des Ausfalls - 100% der gesamten Kurskosten rückerstattet, wenn der Platz nachbesetzt werden kann.

DI Helga Kremser
Hartlgasse 28/27
1200 Wien
helgakremser@live.de
www.helgakremser.at

Anmeldung zur Jahresgruppe 2027 in Wien Liesing

Vor- und Nachname

Adresse (Straße, PLZ, Ort)

Tel.

E-Mail

Zur verbindlichen Anmeldung schicke bitte dieses Anmeldeformular ausgefüllt und unterschrieben an helgakremser@live.de.

Die Stornoregelung erkenne ich an.

Die Kurskosten überweise ich nach Erhalt der Zahlungsinformation bis zum 31. Januar 2026.

Ich übernehme die volle Verantwortung für meine Handlungen im Rahmen meiner Teilnahme und spreche die Kursleiterin, Christine Rainer und die Assistentin, Helga Kremser, von allen Haftungsansprüchen frei.

Datum, Unterschrift

Fotos und Tonbandaufnahmen

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass im Rahmen der Veranstaltung Foto- und Tonaufnahmen von mir angefertigt werden dürfen. Diese Aufnahmen können für die Öffentlichkeitsarbeit des Veranstalters (z. B. Internet, Social Media und Printmedien) und zur Dokumentation genutzt werden.

Die Einwilligung erfolgt freiwillig und kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden.

Datum, Unterschrift