

DYNAMIC[®]
SOLUTIONS



1/2 Tag Stabfechten & Dynamic Solutions® ausprobieren

Sa.16.07.2022,
11.00 – 15.30 Uhr
Gebühr: 120€

PSKR Trainingsraum,
Turmstraße 10,
Kirchheim Teck (Ba-Wü)

Anmeldung hier:

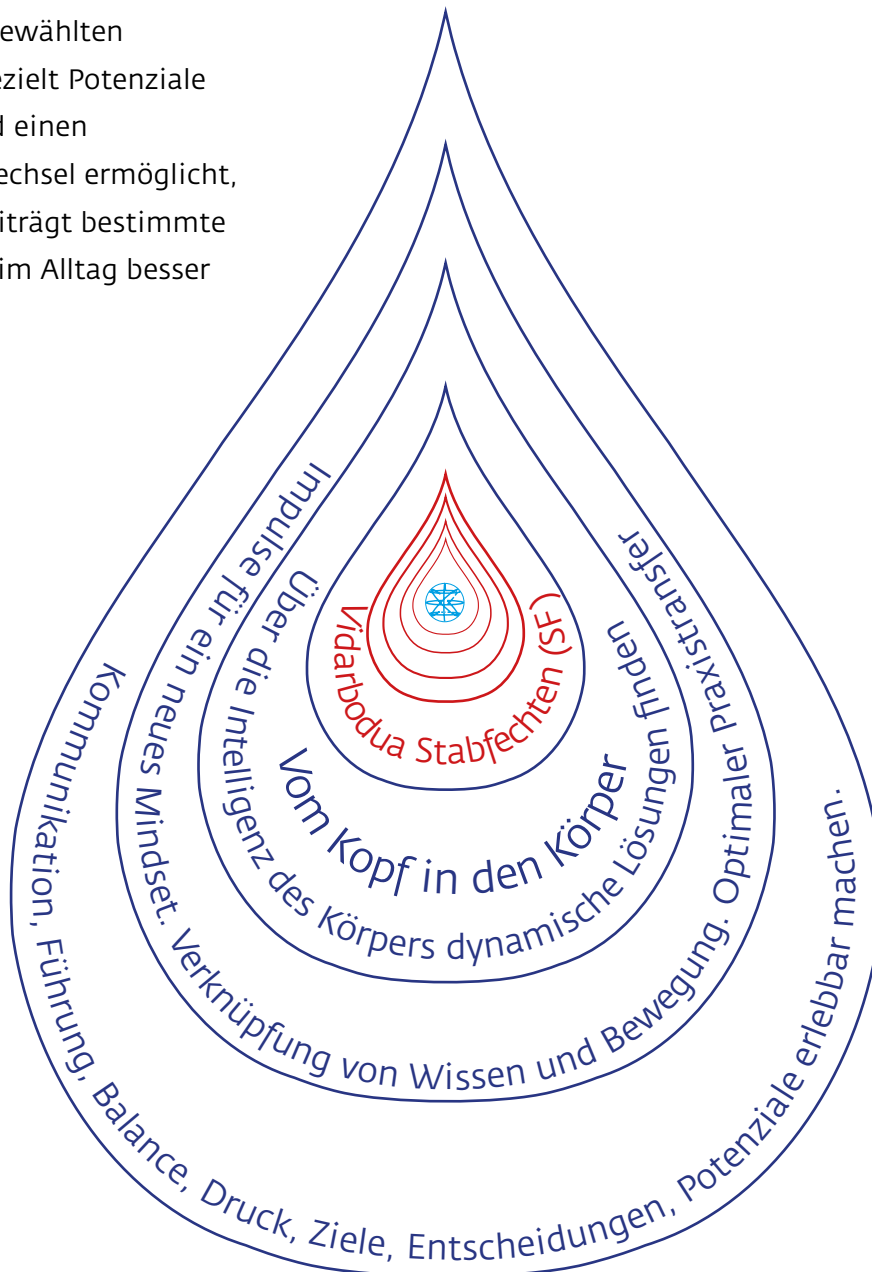
Die Methoden erleben und mehr erfahren

Du erlebst mit dieser „Erlebnis aktivierende Methode“ (EaM), die aus dem Stabfechten hervorgeht, viele effektive und effiziente Übungen mit und ohne Stab und wie Du mit dieser Methode als Coach, Trainer, Therapeut, mit Deinen Kunden arbeiten kannst.



Dynamic Solutions

Dynamic Solutions ist eine Erlebnis aktivierende Methode, die mit ausgewählten Übungen, gezielt Potenziale aktiviert und einen Perspektivwechsel ermöglicht, was dazu beiträgt bestimmte Situationen im Alltag besser zu meistern.



Dynamic Solutions ist durch das bewusste Arbeiten mit dem Stab im Vidarbodua Stabfechten entstanden. Es kann wie eine Zwiebel betrachtet werden, deren Kern Vidarbodua Stabfechten darstellt. Schale um Schale, wird durch Anwendung der Übungen die Persönlichkeit in den verschiedensten Bereichen gestärkt.

Dynamic Solutions® in Kürze

1

Aktion

Dynamic Solutions

ist eine Erlebnis aktivierende Methode (EaM), die durch ausgewählte Übungen einen Perspektivwechsel in den Bereichen Führung, Kommunikation, Druck, Balance, Ziele, Energie ermöglicht.

2

Auslöser

Die Körperintelligenz kommt zum Einsatz.

Die Erfahrungen ermöglichen einen Perspektivwechsel
in individuell bekannten Alltags-Situationen.

In den Übungen werden verborgene Potentiale aktiviert und bewusst gemacht.

Trainiert werden nebenbei:

Fähigkeiten

Achtsamkeit, Wahrnehmung, Intuition, Flexibilität, Kreativität,
Koordination, Entscheidungsfähigkeit, Timing, Raum, Reflexe

geistige und körperliche Funktionen

Konzentration, Aufmerksamkeit, Sinne

3

Wirkung

- Neue Impulse
- Viele Aha-Momente

4

Nachhaltigkeit

Erinnerungsanker

Es werden mehr als 2 Sinne angesprochen.

Embodiment

Der Körper wirkt auf den Geist und umgekehrt.

Authentizität

Der Körper lügt nicht.

Bewusstmachung

Die Erfahrung wird reflektiert

Transfer in den Alltag

Die Erfahrung wird mit Alltagssituationen verknüpft.

5

Ergebnis

- Neue Lösungsansätze
- Neues Mindset
- Gelöste Blockaden

Die Methode Dynamic Solutions®

Was ist Dynamic Solutions?

Dynamic Solutions® (DS) ist eine von Arne Schneider entwickelte „Erlebnis aktivierende Methode“ (EaM), die aus dem Vidarbodua Stabfechten hervorgeht. Die Fechtkunst und Bewegungskunst holt den Teilnehmer schnell vom Kopf in den Körper. Die effektiven Übungen machen die natürlichen Potentiale jedes Einzelnen bewusst, ermöglichen einen Perspektivenwechsel und zeigen durch ihr sofortiges Feedback Lösungen auf, die in den beruflichen wie privaten Alltag übertragbar sind. Die Übungen werden größtenteils mit einem Rattanstab von 115 cm Länge ausgeführt, der Halt gibt und ein Werkzeug des „Bergreifens“ ist.

Wie ist DS entstanden?

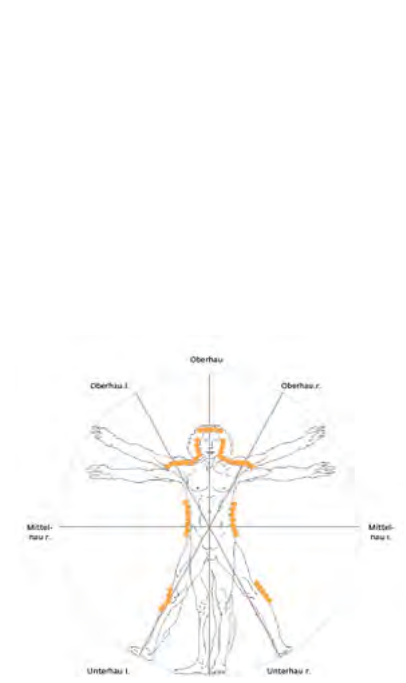
DS ist die Essenz, die aus dem Vidarbodua Stabfechten hervorgegangen ist. Im Vidarbodua Stabfechten geht es nicht darum, im Wettkampf den Anderen zu besiegen, sondern sich im Miteinander/Gegeneinander fair zu messen. Natürlich werden auch Freigeachte ausgeführt. Voraussetzung hierfür ist die absolute Stabkontrolle und eine sehr hohe Achtsamkeit, die es zu schulen gilt, denn diese Fechtkunst wird ohne Schutzausrüstung ausgeübt. Arne Schneider weiss, dass die Wahrnehmung über die Sinne der beste Schutz ist. Jeder der Vidarbodua Stabfechten lernt, unterzieht sich zugleich einer intensiven Schulung der Stabkontrolle und seiner Sinneswahrnehmung. Dadurch sind mit der Zeit vielfältige Übungen entstanden, die Eigen- Raum- und Fremdwahrnehmung schärfen und die Sinne weiten. Die Übungen, die den Fechter für das Gefecht vorbereiten und den Menschen in seinem täglichen Leben stärker machen, führten bei den Teilnehmern zu erstaunlichen Aha-Erlebnissen und wurden in den Teilnehmerfeedbacks immer wieder positiv hervorgehoben. Diese über 50 einfachen, effektiven und effizienten Übungen, die dem Menschen helfen sein natürliches Potenzial zu nutzen und in seine Mitte zu kommen, sind DYNAMIC SOLUTIONS.

Wer kann DS nutzen?

DS dient all jenen als zusätzliches Werkzeug, die eine Profession haben, mit der sie anderen Menschen bei ihrer Entwicklung helfen, wie z.B. bei Coaches, Trainern, Therapeuten, Mediatoren, etc. DS ist eine pragmatische Ergänzung und verbindet in anregender Weise Körper, Geist und Seele.

Dynamic Solutions

DS ist eine bewegungsbasierte Methode. Sie holt den Teilnehmer schnell vom Kopf in den Körper



DS ist die Essenz, die aus dem Vidarbouda Stabfechten hervorgegangen ist

Zielgruppe

Coaches, Trainer, Therapeuten, Mediatoren uvm. mit einer menschenzugewandten Profession.