



## **Bodydynamic Basisausbildung 2026-27 in Luzern, Schweiz**

**Mit Anna Wolter, Bodydynamic Lehrerin und Therapeutin (Analystin)**

Im Mittelpunkt dieses Trainings steht das **Bodydynamic Charakterstrukturmodell**. Dieses beschreibt die kindliche Entwicklung vom 2. Trimester in Utero bis in die Adoleszenz. Lisbeth Marcher und Bodydynamic haben hier das ausführlichste und differenzierteste Modell in der modernen Psychotherapie entwickelt und bezeichnet die verschiedenen Strukturen anhand der gesunden Entwicklung des Kindes.

**Entwicklungstraumata**, wie unsichere Bindung oder fehlende Unterstützung, oder später durch Ausgrenzen oder Mobbing in der Gruppe, spielen bei der Entstehung und Manifestierung dieser Strukturen eine große Rolle. Diese traumatischen Erfahrungen führen dazu, dass wir den Zugang zu uns selbst verlieren können und sogenannte Abwehrmechanismen oder Vermeidungsstrategien entwickeln, die wir dann als Erwachsene in Beziehung mit anderen Menschen unbewusst wiederholen, bzw. keinen Zugang zu den entsprechenden Ressourcen haben.

**In diesem Training** lernen Sie, wie das Kind entsprechend seiner psychomotorischen Entwicklung spezifische Muskeln aktiviert. Diese können hypoton (resigniert) oder hypertone (angespannt) codiert werden, je nachdem wie das Kind auf entwicklungspezifische Herausforderungen reagiert. Wir erläutern sehr präzise, wie wir Ressourcen wieder zugänglich machen können, um traumatische Prägungen zu überwinden.

Sie erlernen die Fähigkeiten, die entsprechenden Haltungen der Charakterstrukturen mit ihren Entwicklungstraumata im Körper präzise zu erkennen. Wir erläutern ausführlich die frühe und späte, sowie die balancierte, ausgeglichene Haltung inklusive der dazu gehörenden Muskeln. Wir arbeiten mit dem sogenannten Bodyknot und erarbeiten das Bodydynamic Modell der Ich-Aspekte. Es wird sowohl Theorie, als auch viel Selbsterfahrung durch Übungen und Austausch in der kleinen oder großen Gruppe im geschützten Raum möglich sein.

Am Ende steht eine **kurze Überprüfung** (100 Fragen im Multiple Choice Verfahren).

**Dieses Training eignet** sich für alle, die mit Menschen arbeiten und ist Voraussetzung für das Bodydynamic Practitioner Training. Um die Bodydynamic Arbeit kennenzulernen, finden regelmäßig (Einführungs-)Workshops statt.

**Das Training teilt sich in 7 Abschnitte à 3 Tage auf. Die Unterrichtszeiten sind täglich von 10 bis 18 Uhr, Sonntags bis 17 Uhr. Mittagspause von ca. 13-14.30 Uhr. Die Zeiten sind auf die Bedürfnisse der Kursteilnehmer anpassbar.**



**Anna Wolter,**

**Bodydynamic Lehrerin** für Schocktraumatraining, Practitioner, Foundation, Reorienting Birth und Bodymap-Training ,

**Bodydynamic Therapeutin** für Schock-, Entwicklungs- und Geburtstrauma,

**Bodydynamic Supervisorin,**

**Bodymap-Erstellen,**

**Bodydynamic Zensorin.**

Vorher Studium der Kunstgeschichte und Pädagogik, ausgebildet als Entspannungstherapeutin, in Jin Shin Jyutsu, Humanistischer Therapie mit Tools in Familienstellen, Gestalt, Inneres Kind, Rogers, SE- Tools, usw., HPpsch.

Sie ist glücklich verheiratet und Mutter von 4 erwachsenen Kindern und einem Enkelkind. Sie arbeitet seit 26 Jahren in eigener Praxis und begleitet seit vielen Jahren zahlreiche Bodydynamic Trainings in der Schweiz und in Deutschland als Lehrerin.

**Termine der 7 Module:**

1. Existenzstruktur: 11.-13. Dezember 2026
2. Bedürfnisstruktur: 22.-24. Januar 2027
3. Autonomiestruktur: 26.-28. Februar 2027
4. Willensstruktur: 16.-18. April 2027
5. Liebe/Sexualitätsstruktur: 21.-23. Mai 2027
6. Meinungsstruktur: 18.-20. Juni 2027
7. Leistungs-/ Solidaritätsstruktur: 16.-18. Juli 2027

**Ort:**

Wäsmeli-Träff, Großer Saal, Landschaftstrasse 6, 6006 Luzern, Schweiz

**Preis:**

Early Bird bis zum 30.9.2026: **4250,- € (entspricht ca. 3850 CHF)**

Normalpreis ab dem 1.10.2026: **4450,- €**

Ratenzahlung: **4950,- €**

Einzelne Module, die wegen Krankheit versäumt werden, können im Folgetraining gegen eine Bearbeitungsgebühr von 100 Euro nachgeholt werden.

**Das Training ist aktuell von der Umsatzsteuer befreit.**



**Anmeldung:**

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Bodydynamic Basistraining (Foundation) an.

**Kursbezeichnung:** Bodydynamic Basistraining (Foundation Training)

**Kursdaten**

**7 Module:**

1. Existenzstruktur: 11.-13. Dezember 2026
2. Bedürfnisstruktur: 22.-24. Januar 2027
3. Autonomiestruktur: 26.-28. Februar 2027
4. Willensstruktur: 16.-18. April 2027
5. Liebe/Sexualitätsstruktur: 21.-23. Mai 2027
6. Meinungsstruktur: 18.-20. Juni 2027
7. Leistungs-/ Solidaritätsstruktur: 16.-18. Juli 2027

**Kursort:** Wäsmeli-Träff, Großer Saal, Landschaustrasse 6, 6006 Luzern, Schweiz

**Kurspreis:** Early Bird bis 30.9.2026: 4250,- €, ab dem 1.10.2026 Normalpreis 4450,- €, Ratenzahlung (pro Modul 600 €, plus Anzahlung von 750 €) 4950,- €

Name.....Vorname.....  
Strasse.....  
PLZ.....Ort.....  
Telefon (privat/, mobil).....  
E-Mail.....  
Beruf .....

Bitte senden Sie dieses Formular per Mail oder Post an:

**Anna Wolter, Praxis für Bodydynamic, Feldhauser Weg 12, 40764 Langenfeld, 0177/8728885, anna.wolter@outlook.com**

Die Anmeldung wird mit der Überweisung **der Anzahlung in Höhe von € 750,-** oder der vollen Kursgebühr verbindlich wirksam. **Bei Early Bird wird die gesamte Kursgebühr fällig**

**Bitte beachten Sie:** Wir bitten um Verständnis, dass aus vertragsrechtlichen Gründen bei einer Absage später als 8 Wochen vor Kursbeginn die gesamte Kursgebühr zu zahlen ist, außer der Teilnehmer oder der Organisator können eine Ersatzperson stellen. Bei Absagen, welche früher als 8 Wochen vor Kursbeginn erfolgen, wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von € 175,- einbehalten. **Wir empfehlen eine Reise (=Kurs) Rücktrittsversicherung.**

.....  
Ort, Datum und Unterschrift