

**Praxis-Adressen der Veranstalter:**

**Praxis Belgisches Viertel:**

Rolfing® in Köln 01577.595 33 19  
Margarete Blankartz, cert. Rolfer [www.rolfing-in-koeln.de](http://www.rolfing-in-koeln.de)  
Brabanter Straße 8  
50674 Köln

**Praxis Eigelstein:**

Rolfing® und Stimme 0221.356 48 93  
Nicole Nagel, cert. Rolfer 0173.955 25 75  
Eigelstein 119 [www.rolfing-stimme.de](http://www.rolfing-stimme.de)  
50668 Köln

**Praxis Südstadt:**

somanexus 0221.51 54 71  
Claudius Nestvogel, cert. Rolfer, [www.somanexus.de](http://www.somanexus.de)  
cert. Rolf Movement Practitioner  
Overstolzenstraße 19  
50677 Köln

**Praxis Ehrenfeld:**

Michael-Steinbach-Rolfing® 0221.94 33 98 80  
Michael Steinbach, cert. Rolfer, 0177.311 66 03  
cert. Rolf Movement Practitioner [www.michael-steinbach-rolfing.de](http://www.michael-steinbach-rolfing.de)

**Vipendo**

Im Barthonia-Forum  
Venloer Straße 80  
50823 Köln

**Weitere Veranstaltungsorte:**

**ZZT - Zentrum für zeitgenössischen Tanz**

Hochschule für Musik und Tanz  
Turmstraße 3 – 5  
50733 Köln (Nippes)

**Kunsthau Rhenania**

Rheinauhafen  
Bayenstraße 28 (am Yachthafen)  
50678 Köln



**Zweite Europäische**  
**ROLFING® Woche**  
**vom 13.-21. März 2010**  
**in Köln**

**Veranstaltungs-**  
**programm**



Die Begriffe „Rolfing“ und „Rolfer“ sind eingetragene  
Dienstleistungsmarken des ROLF INSTITUTE of Structural Integration,  
Boulder/Col., USA

[www.rolfingwoche-koeln.de](http://www.rolfingwoche-koeln.de)

## Was ist Rolfing?

Rolfing ist eine manuelle Behandlungsmethode zur Verbesserung der Struktur, Haltung und Bewegung des menschlichen Körpers.

Es wird dabei das Bindegewebe mobilisiert und der Körper in seiner natürlichen Beziehung zur Schwerkraft „ins Lot“ gebracht.

Das Ziel ist die Steigerung des persönlichen körperlichen und geistigen Wohlbefindens und der Selbstwahrnehmung.



## Veranstaltungsübersicht

	Praxis Belgisches Viertel	Praxis Eigelstein	Praxis Südstadt	Praxis Ehrenfeld
Sa., 13.03.	<b>12:00 – 16:00 Uhr, Ort: Vipendo</b> gemeinsame Auftaktveranstaltung: Rolfing kennenlernen!			
So., 14.03.	<b>11:00 – 17:00 Uhr</b> Tag der Offenen Tür: Infotag rund ums Thema Rolfing			
Mo., 15.03.	<b>19:00 – 21:00 Uhr</b> Vortrag: Faszination Faszien anschließend Infozeit			<b>15:00 – 20:00 Uhr</b> Rolfing hautnah erleben: angemeldete Probesitzungen
Di., 16.03.		<b>9:00 – 13:00 Uhr</b> Infozeit: angemeldete Einzelgespräche		
Mi., 17.03.	<b>18:00 – 21:00 Uhr</b> Rolfing hautnah erleben: angemeldete Probesitzungen	<b>17:00 – 20:30 Uhr</b> Infozeit: angemeldete Einzelgespräche		<b>18:00 – 19:30 Uhr</b> Workshop: Rolfing Movement anschließend Infozeit
Do., 18.03.	<b>8:00 – 11:00 Uhr</b> Rolfing hautnah erleben: angemeldete Probesitzungen			
Fr., 19.03.	<b>18:00 – 20:00 Uhr</b> Vortrag: Rolfing für Mutter u. Kind anschließend Infozeit		<b>18:00 – 19:30 Uhr, Ort: ZZT</b> Vortrag: Rolfing, Faszien, Feldenkrais.	<b>13:00 – 17:30 Uhr</b> Rolfing hautnah erleben: angemeldete Probesitzungen
Sa., 20.03.	<b>11:00 – 14:00 Uhr</b> Rolfing hautnah erleben: angemeldete Probesitzungen	<b>17:00 – 20:30 Uhr, Ort: Kunsthaus Rhenania</b> Workshop: Rolfing, Bewegung, Stimme (Anmeldung erforderlich)		
So., 21.03.	<b>10:00 – 12:30 Uhr, Ort: Vipendo</b> gemeinsame Abschlussveranstaltung: Movement-Morgen (Anmeldung erforderlich)			

**Alle Veranstaltungen sind kostenfrei – soweit angegeben ist eine telefonische Anmeldung beim Veranstalter erforderlich!**  
**Details, Aktuelles und weitere Informationen unter [www.rolfingwoche-koeln.de](http://www.rolfingwoche-koeln.de) oder telefonisch bei den Veranstaltern.**



### Dr. Ida Rolf

(1896 – 1979) entwickelte auf der Grundlage Ihrer Bindegewebsforschung sowie u.a. von Yoga, Feldenkrais und Osteopathie die Methode der „Strukturellen Integration“.

Dabei bezog sie erstmals die überragende Bedeutung der Schwerkraft für die Struktur des Menschen in die Körperarbeit ein.

### Die European Rolfing Association (ERA)

ist eine gemeinnützige Organisation mit Sitz in München, die zum Nutzen aller in Europa tätigen zertifizierten Rolfer gegründet wurde.

Als Dienstleister ermöglicht die ERA Aus- und Weiterbildung, unterstützt Forschung und übernimmt die Darstellung von Rolfing in der Öffentlichkeit.

Internet: [www.rolfing.org](http://www.rolfing.org)

