



BILDUNGSPLAN ALOHASPIRIT

LOMILOMI THERAPIE

- **Lomilomi Massage-Schule seit 1996**
- **Anerkannt von der Schweizerischen Stiftung für Komplementärmedizin, ASCA**
- **Orientiert sich an den Richtlinien des ErfahrungsMedizinischen Registers, EMR**
- **Anerkannt von der Association Lomilomi Hawai'i, ALH**
- **Mitglied beim Schweizerischen Verband der Berufsmasseure und -masseurinnen, SVBM**
- **Beim SVBM verantwortlich für die Qualitätssicherung der Lomilomi-Mitglieder**



Inhalt

1 Ziel der Ausbildung	4
Zentrale Elemente der Ausbildung	4
Lehrgang Lomilomi-Therapie	5
2 Fachausbildung zum/r Lomilomi-Praktizierenden mit Diplom	6
Modul 1: Einführung in die Lomilomi-Therapie	7
Modul 2: Vertiefung Massagekenntnisse (Rückseite), Basiswissen Hawai'i und Klient:innen-Gespräch	8
Modul 3: Vertiefung Massagekenntnisse (Vorderseite), Basiswissen Hawai'i und Selbstreflexion	10
Modul 4: Intensivwoche Lomilomi-Therapie	12
Modul 5: Hawaiische Sprache und Werte mit Lehrer aus Hawai'i	14
Modul 6: Fertigkeitstraining	15
Modul 7: Lomilomi-Vertiefungsnachmittage	16
Modul 8: Prüfungsvorbereitung und Diplomprüfung	17
Modul 9: Lomilomi-Übungsbehandlungen mit Protokoll	18
Modul 10: Selbsterfahrung	19
Modul 11: Methodenspezifische Medizinische Grundlagen	20
3 Grundlagenausbildung	21
4 Weiterbildungen	22
Mit Kumu Keala Ching, Hawai'i	22
Integrative Lomilomi	23
Salz-Peeling-Massage	23
Hospitanz / Assistenz	24
Exercise Classes	24
Vertiefungsnachmittage	25
Community Work	25
5 Das ist AlohaSpirit	26
6 Partnerverbände & Kooperationen	27

1 ZIEL DER AUSBILDUNG

AlohaSpirit bildet fachlich und sozial kompetente Lomilomi-Praktizierende aus, die auf Basis des Erlernten achtsam und verantwortungsvoll sowohl mit ihren Klient:innen als auch mit sich selbst umgehen und so den grösstmöglichen Nutzen für alle erzielen. Ziel der Ausbildung ist das AlohaSpirit-Diplom.

Gleichzeitig gibt AlohaSpirit Impulse und Inspiration zur persönlichen Weiterentwicklung der Schüler:innen mittels Körperarbeit, Achtsamkeit, Self-Care, wissenschaftlicher Erkenntnisse, Gesang, Tanz, hawaiischer Kultur und hawaiischer Denkweise – in der Überzeugung, dass die Erfahrung aus diesen Kenntnissen sich positiv auf die Qualität der Lomilomi-Massagen auswirkt.

Insgesamt fördert AlohaSpirit im Rahmen der Diplomausbildung Gesundheitsbewusstsein und Eigenverantwortung der Schüler:innen und bereitet sie auf nachhaltige Art und Weise auf die professionelle Lomilomi-Arbeit mit ihrer künftigen Klientschaft vor.

Zentrale Elemente der Ausbildung

AlohaSpirit vermittelt hawaiische Kultur und hawaiische Medizin und verbindet damit hawaiisches mit westlichem Wissen. Entsprechend ist – zusätzlich zu den genannten Lerninhalten – auch die persönliche Entwicklung der Lernenden ein wichtiger Bestandteil der Ausbildung. Ebenso legt AlohaSpirit in Ergänzung zu Theorie und Praxis grossen Wert auf Selbsterfahrung wie auch auf den direkten Kontakt mit Lehrer:innen aus Hawai'i.

Zusammenfassend fokussieren wir auf folgende Punkte:

a) Massage

- Erlernen der Massage-Behandlungstechniken
- Erlernen der Body-Mechanics (Einsatz des eigenen Körpers im Rahmen der Massage)
- Kenntnisse in Anatomie, speziell in Bezug zu Lomilomi-Techniken
- Wirkungsweise, Indikationen, Kontraindikationen, Beschwerdebilder
- Evaluation von Behandlungen, therapeutischer Prozess

b) Hintergrund

- Geschichte und Entwicklung der Lomilomi-Massage
- Vermittlung von Grundkenntnissen der hawaiischen Kultur und Denkweise (Hula [hawaiischer Tanz] als Bewegungsgrundlage der Massage, Chants [Gesänge], Self-Care-Übungen für die eigene Gesundheit und deren Stärkung, Self Ho'oponopono [Emotional Intelligence aus hawaiischer Perspektive])
- Naturerfahrungen und Einführung in Basis-Kenntnisse der Pflanzenkunde Hawai'i-Schweiz

c) Kontakt mit Hawai'i

- Begegnungen mit hawaiischen Lehrer:innen, damit die Schüler:innen direkt von der Quelle lernen und authentisches hawaiisches Wissen vermittelt erhalten
- Vertiefung der Hawaiian-Standards, die unsere hawaiischen Lehrer:innen für die Lomilomi-Ausbildung in der Schweiz ausgearbeitet haben¹.

1 Zu den Hawaiian-Standards gehören u.a. folgende Anforderungen: Die Grundlagen der mit Lomilomi verbundenen Philosophie anerkennen, verstehen und anwenden. Das mit Lomilomi verbundene kulturelle Wissen verstehen und umsetzen. Regelmässig kostenlose Massagen zum Wohl der Gemeinschaft anbieten. Gesundheitsstrategien für sich selbst wie auch für die Kundschaft entwickeln.

Lehrgang Lomilomi-Therapie

Module	Inhalte	KS	AS	SS	TLS	AvB
M01 – Einführung in die LL-Therapie	siehe Seite 7	32				
M02 – Vertiefung Massagekenntnisse (Rückseite)	siehe Seite 8	32				
M03 – Vertiefung Massagekenntnisse (Vorderseite)	siehe Seite 10	32				
M04 – Intensivwoche LL-Therapie	siehe Seite 12	60				
M05 – Hawaiische Sprache und Werte	siehe Seite 14	16				
M06 – Fertigkeitstraining	siehe Seite 15	8				
M07 – LL-Vertiefungsnachmittage	siehe Seite 16	15				
M08 – Prüfungsvorbereitung und Diplomprüfung	siehe Seite 17	32				
M09 – LL-Übungsbehandlungen mit Protokoll	siehe Seite 18	8	67			
M10 – Selbsterfahrung	siehe Seite 19	–		8		
M11 – Methodenspezifische Medizinische Grundlagen	siehe Seite 20	32				
Total Lernstunden		267	67	8	342	
					(-8 =	
					334)	

KS: Kontaktstunden
 AS: Angeleitetes Selbststudium
 SS: Selbststudium
 TLS: Total Lernstunden
 AvB: Anrechnung von Bildungsleistungen
 LL: Lomilomi

Hinweise:

- Der **Umfang** wird angegeben als Anzahl der **Lernstunden** à 60 Minuten. Eine Lernstunde umfasst den effektiven Unterricht und eine anschliessende Pause von maximal 15 Minuten (gemäss Ziffer 4.2.a der EMR-Registrierungsbedingungen).
- Das **eigenständige Selbststudium (SS)** ist nicht anrechenbar (gemäss Ziffer 4.4 der EMR-Registrierungsbedingungen), deswegen sind es **334** Lernstunden.
- Ein Tag wird mit 8 Stunden berechnet. In der Intensivwoche, Modul 4, entspricht ein Tag 10 Stunden.

2 FACHAUSBILDUNG ZUM/R LOMILOMI-PRAKTIZIERENDEN MIT DIPLOM

Die Fachausbildung mit AlohaSpirit-Diplomabschluss ist die Basis, um fachlich, methodisch und sozial kompetent Lomilomi-Massagen ausüben zu können. Unser Unterricht fördert im Rahmen der Ausbildung Gesundheitsbewusstsein und Eigenverantwortung der Schüler:innen und bereitet sie auf nachhaltige Art und Weise auf eine professionelle Tätigkeit mit Lomilomi vor. Die Ausbildung ist modular aufgebaut.

Voraussetzungen für die Ausbildung sind ein Mindestalter von 18 Jahren sowie ein erfolgreicher Abschluss der Sekundarschule oder einer gleichwertigen Ausbildung. Detaillierte Informationen zu den verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten werden an unseren Info-Veranstaltungen sowie im Modul 1² vermittelt.

Die Fachausbildung bietet die Grundlage zur Erlangung des AlohaSpirit-Lomilomi-Diploms und entspricht den Kriterien der ASCA und orientiert sich an den Richtlinien des EMR. Darüber hinaus ermöglicht die Ausbildung mit Diplomabschluss die Mitgliedschaft beim Schweizerischen Verband der Berufsmasseure und -masseurinnen (SVBM) und der Association Lomilomi Hawai'i (ALH). **Die Mitgliedschaft bei diesen Organisationen ist ein Qualitäts-Label, das zum jetzigen Zeitpunkt nur bei AlohaSpirit möglich ist.**

Die Lomilomi-Diplomausbildung besteht aus 11 Modulen (Seite 5) und umfasst total 334 Lernstunden. Jedes Modul bzw. jeder Ausbildungstag beinhaltet einen theoretischen und einen praktischen Teil. Die Ausbildungstage dauern grundsätzlich 8 Stunden³ und sind wie folgt aufgeteilt:

- ½ Stunde: Eröffnung des Tages
- 1 ½ Stunden: Theorie Unterricht
- 1 Stunde: Bewegung (Körperwahrnehmung, Body-Mechanics, Gleichgewicht), aufgeteilt in 30 Minuten vormittags und 30 Minuten nachmittags
- ½ Stunde: Pause, 15 Minuten vormittags und 15 Minuten nachmittags
- 1 ½ Stunden: Praktische Arbeit: Demonstrationen und Fragen
- 2 ½ Stunden: Praktische Arbeit: Üben
- ½ Stunde: Tagesabschluss

Total: 8 Stunden

Nach jedem Modul wird eine Teilnahmebestätigung ausgehändigt. Die Bestätigung für die Teilnahme an der gesamten Ausbildung wird nach erfolgreichem Abschluss und erfolgtem Besuch von mindestens 90% der Ausbildungszeit ausgestellt. Pro Modul beträgt die maximal erlaubte Abwesenheit 1 Tag.

² siehe Seite 7

³ (Ausnahme ist Modul 4. In der Intensivwoche dauert der tägliche Unterricht 10 Stunden.)

Modul 1:

Einführung in die Lomilomi-Therapie

Durchführung: 3- bis 4-mal jährlich

Dauer: jeweils 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

Einführung in die Lomilomi-Therapie

- Basis-Techniken der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage
- Vorbereitung des Raumes und der Massageliege
- Wirkungsweise der Massage, wichtigste Indikationen und Kontraindikationen
- Geschichte, Herkunft und Verständnis der Lomilomi-Massage
- Erarbeitung eines persönlichen Selbstfürsorge-Plans (Self-Care)
- Body-Mechanics (Einsatz des eigenen Körpers im Rahmen der Massage)
- Grundkenntnisse der hawaiischen Kultur und Denkweise
- Erläuterung der Möglichkeiten der Diplom-Ausbildung in Bezug zur Fach- und Grundlagenausbildung
- Erklärungen bezüglich ASCA und EMR, Krankenkassenanerkennung und Qualitätssicherung
- Zur Erlernung der Massagetechniken massieren sich die Teilnehmenden abwechslungsweise gegenseitig.

Lernziele

- Nach dem Modul 1 sind die Teilnehmenden in der Lage, selbständig die grundlegenden Techniken der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage zu üben, inklusive Eröffnung und Abschluss und Tuch-Abdeck-Techniken.
- Die Teilnehmenden sind in der Lage, die nötigen Vorbereitungen für die Massage zu treffen.
- Die Teilnehmenden können die Wirkungsweise einer Lomilomi-Behandlung erläutern sowie die wichtigsten Indikationen/Kontraindikationen nennen.
- Die Teilnehmenden sind mit der Geschichte der Lomilomi-Massage vertraut.
- Die Teilnehmenden haben erkannt, wie sie das Thema «Selbstfürsorge» in ihr Leben integrieren können.
- Die Teilnehmenden sind in der Lage, Body Mechanics zu üben und für sich einzusetzen.
- Die Teilnehmenden kennen das Basiskonzept der hawaiischen Kultur und Denkweise, des Hula-Tanzes und der Chants.
- Die Teilnehmenden verfügen über die nötigen Informationen, um ihre Lomilomi-Ausbildung adäquat zu planen und zu gestalten. Die Teilnehmenden sind auf die Weiterführung des Lomilomi-Lehrgangs vorbereitet.
- Die Teilnehmenden haben Lomilomi-Massagen sowohl angewandt wie auch am eigenen Körper erlebt und erfahren.

Modul 2:

Vertiefung Massagekenntnisse (Rückseite), Basiswissen Hawai'i und Klient:innen-Gespräch

Durchführung: 2-mal jährlich

Dauer: jeweils 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

Körper-Rückseite

- Erweiterte Techniken der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage für die Körper-Rückseite
- Grosse Muskeln und Gelenke der Körper-Rückseite, inklusive anatomische Basiskenntnisse
- Erklärung der Wirkungsweise der erweiterten Techniken
- Spezielle Aufmerksamkeit bezüglich Wirbelsäule
- Vermittlung der relevanten hawaiischen und westlichen Aspekte
- Üben der Verbindungen bzw. des Flusses der Bewegungen bezüglich Körper-Rückseite
- Kenntnisse der hawaiischen Kultur, Hula-Tanz, Gesang und Ho'omana-Übungen werden vertieft
- Hawaiische Geschichte: eine Zeitreise von der ersten Besiedlung bis heute
- Abgabe und Erklärung des AlohaSpirit-Ethik-Kodex
- Abgabe und Erklärung der Protokollvorlagen für die Übungsbehandlungen
- Therapeutischer Prozess: Vermittlung der Basisinformationen zu den Themen Klient:innen-Gespräch, Anamnese und Behandlungsziele.

Lernziele

- Nach Abschluss des Workshops sind die Teilnehmenden fähig, selbständig die erweiterten Techniken für die Körper-Rückseite der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage zu üben.
- Die Teilnehmenden sind in der Lage, spezifisch an Muskeln und Gelenken der Körper-Rückseite zu arbeiten.
- Die Teilnehmenden können die Wirkungsweise der Behandlung und die angewandten Techniken erläutern.
- Am Beispiel der Wirbelsäule können die Teilnehmenden erste Verbindungen zwischen hawaiischer und westlicher Betrachtungsweise herstellen.

- Die Verbindungen und der Fluss der Bewegungen der Massage an der Körper-Rückseite sind den Teilnehmenden vertraut.
- Basiswissen des Hula-Tanzes, des hawaiischen Gesangs (Chants) und der Ho‘omana-Übungen sind den Teilnehmenden vertraut.
- Die Grundzüge der Geschichte Hawai‘is von den ersten Besiedlungen bis heute sind den Teilnehmenden bekannt.
- Die Teilnehmenden kennen den AlohaSpirit-Ethik-Kodex.
- Die Teilnehmenden sind darauf vorbereitet, selbständig das «angeleitete Selbststudium» in Form von Übungbehandlungen (5 Stück) inklusive Protokollierung und Selbstreflexion anzugehen.⁴
- Die Teilnehmenden verfügen über die nötigen Basis-Informationen zu den Themen Klient:innen-Gespräch, Anamnese und Behandlungsziele.



Modul 3:

Vertiefung Massagekenntnisse (Vorderseite), Basiswissen Hawai'i und Selbstreflexion

Durchführung: 2-mal jährlich

Dauer: jeweils 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

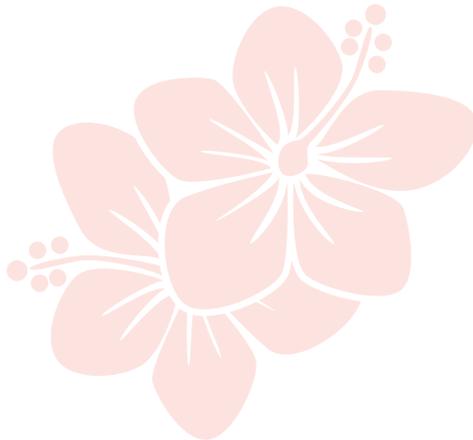
Körper-Vorderseite

- Erweiterte Techniken der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage für die Körper-Vorderseite
- Grosse Muskeln und Gelenke der Körper-Vorderseite werden thematisiert, inklusive anatomische Basiskonzepte
- Erklärung der Wirkungsweise der erweiterten Techniken
- Spezielle Aufmerksamkeit auf die grossen Gelenke (Schultern/Hüften)
- Vermittlung hawaiischer und westlicher Aspekte
- Verbindungen und Fluss der Massage-Bewegungen für die Körper-Vorderseite werden geübt
- Vertiefung der Kenntnisse bezüglich hawaiischer Kultur, Hula-Tanz und Gesang; Ho'omana-Übungen
- Vertiefung der Geschichtskennntnisse Hawai'is in Zusammenhang mit Lomilomi und der generellen Gesundheitsfürsorge der Inseln
- Gemeinsames Üben und Erkunden unterschiedlicher Berührungsqualitäten
- Präsentation und Reflexion der Protokolle der ersten fünf Übungsbehandlungen; gemeinsame Vertiefung der Protokoll-Anforderungen; Beantwortung von Fragen; Vorbereitung auf die nächsten 10 Übungsbehandlungen und deren Protokollierung.

Lernziele

- Nach Abschluss des Workshops sind die Teilnehmenden fähig, selbständig die erweiterten Techniken für die Körper-Vorderseite der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage zu üben.
- Die Teilnehmenden sind in der Lage, spezifisch an Muskeln und Gelenken auf der Körper-Vorderseite zu arbeiten.
- Die Teilnehmenden können die Wirkungsweise der Behandlung und der angewandten Techniken erläutern.
- Am Beispiel der grossen Gelenke können die Teilnehmenden erste Verbindungen zwischen hawaiischer und westlicher Betrachtungsweise herstellen.
- Verbindungen und Fluss der Massage-Bewegungen für die Körper-Vorderseite sind den Teilnehmenden vertraut.

- Die Teilnehmenden verfügen über ein vertieftes Wissen des Hula-Tanzes, des hawaiischen Gesangs (Chants) und der Ho‘omana-Übungen.
- Die Teilnehmenden kennen die Geschichte Hawai‘is in Bezug zur Entwicklung der traditionellen Gesundheitsfürsorge und Lomilomi.
- Die Teilnehmenden haben erfahren, wie unterschiedlich Berührung sein kann und wie sie Art und Qualität der Berührung beeinflussen können.
- Die Teilnehmenden haben die Protokolle der ersten fünf Übungsmassagen und deren Reflexion der Gruppe präsentiert und zusammen mit ihr vertieft.
- Die Teilnehmenden sind darauf vorbereitet, selbständig das angeleitete Selbststudium in Form der nächsten zehn protokollierten Übungsmassagen sowie deren Reflexion anzugehen.⁵



Modul 4:

Intensivwoche Lomilomi-Therapie

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 6 Tage à 10 Stunden

Ort: In den Bergen

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

Eine Woche lang eintauchen in Lomilomi und die Welt Hawai'i's

- Konzentriertes Vertiefen, Erweitern und Üben der Massagetechniken, inklusive Body-Mechanics und Bewegungsfluss
- Spezieller Fokus auf Mobilisationen der Gelenke und Wirbelsäule
- Tägliches Einbeziehen und Vertiefen der Anatomie-Kenntnisse
- Vertiefen des Verständnisses der Zusammenhänge im Massage-Ablauf
- Ausleuchten des therapeutischen Prozesses: Erfassen von Behandlungsbedarf, Zielvereinbarung, Massnahmen und Durchführung; Dokumentation und Evaluation der Behandlung
- Vertiefen der Kenntnisse bezüglich Vor- und Nachgespräch, Anamnese, Behandlungsevaluation und -qualität
- Vertiefter Einblick in Kontraindikationen und Grenzen der Behandlung
- Beleuchtung gängiger Beschwerdebilder
- Präsentation des zentralen Nervensystems
- Einführung in die Pflanzenkunde Hawai'i/Schweiz, Einblick in die Herstellung der Massage-Öle
- Hawaiische Kultur und Self-Ho'oponopono-Lebensphilosophie
- Therapeutischer Bereich: Schulung von Präsenz und Mitgefühl
- Präsentation der Protokolle der letzten 10 Übungsbehandlungen und deren Reflexion; Vorbereitung auf die nächsten 15 Übungsbehandlungen.

Lernziele

- Nach unserer Intensiv-Woche sind die Teilnehmenden in der Lage, selbständig die erweiterten Techniken der AlohaSpirit-Lomilomi-Massage anzuwenden mit Einbezug von Body-Mechanics und Bewegungsfluss.
- Die Teilnehmenden sind in der Lage, die Gelenksmobilisationen richtig durchzuführen und sinnvoll einzusetzen.
- Die Teilnehmenden haben fundierte Kenntnisse in Anatomie erworben und somit auch ihren eigenen Körper besser kennen gelernt.
- Die Teilnehmenden sind mit dem therapeutischen Prozess vertraut und können darauf aufbauen.
- Die Teilnehmenden konnten zusätzliche Erfahrungen zu Vor- und Nachgespräch, Anamnese sowie Behandlungsevaluation machen.
- Die Teilnehmenden kennen absolute und relative Kontraindikationen, Vorsichtsmassnahmen und die Grenzen der Behandlung.

- Die Teilnehmenden sind mit den gängigen Beschwerdebildern vertraut und können adäquat darauf reagieren.
- Die Teilnehmenden sind mit dem Nervensystem vertraut und wissen, wie sie es regulieren können.
- Die Teilnehmenden kennen die für die Lomilomi-Massage wichtigsten Pflanzen und wissen, wie sie das benötigte Öl zubereiten können.
- Die Teilnehmenden haben wertvolles Wissen über sich selbst, über Lomilomi-Techniken und die Natur gewonnen und sind fähig, ihre eigenen Ressourcen zu mobilisieren.
- Die Basiskonzepte der hawaiischen Lebensphilosophie Self-Ho'oponopono sind den Teilnehmenden vertraut; sie sind in der Lage, diese in ihren Alltag zu integrieren.
- Die Teilnehmenden wissen um die Beziehung zwischen Klientschaft und Therapeut:in und sind in der Lage, Präsenz und Mitgefühl zu organisieren.
- Die Teilnehmenden haben 10 Protokolle ihrer Übungsmassagen vorgestellt. Sie sind darauf vorbereitet, selbständig im Rahmen des angeleiteten Selbststudiums⁶ die 15 nächsten Übungsmassagen inklusive Protokolle und Selbstreflexion zu erarbeiten.
- Die Teilnehmenden können zum Thema Massage im Allgemeinen und Lomilomi im Speziellen wissenschaftlich argumentieren und die wissenschaftlich erhärteten Wirkungen erläutern.

Modul 5:

Hawaiische Sprache und Werte mit Lehrer aus Hawai'i

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 2 Tage à 8 Stunden

Ort: je nach Anzahl der Teilnehmer:innen

Unterrichtssprache: englisch, bei Bedarf mit deutscher/italienischer Übersetzung

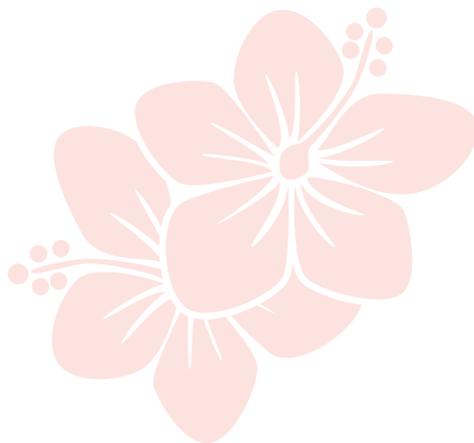
Inhalt

'Olelo Hawai'i & Hawaiian Values, mit Kumu Keala Ching, Hawai'i

- Sprachunterricht, hawaiische Werte und Teachings zur hawaiischen Lebensphilosophie von und mit Kumu Keala Ching, Lehrer in hawaiischer Kultur und Sprache, Hula-Lehrer, Songwriter und Berater in hawaiischer Lebensphilosophie
- Authentisches hawaiisches Wissen direkt von der Quelle, Verständnis und Bedeutung des «Aloha Spirit»
- Erläuterung und Vertiefung hawaiischer Werte und Hawaiian-Standards mit Übungen.

Lernziele

- Die Teilnehmenden erlangen ein grundlegendes Verständnis der hawaiischen Sprache. Sie lernen die Beziehung zwischen Vokabular, Lebensweisheiten und kulturellen Werten der Inseln besser zu verstehen.
- Die Teilnehmenden werden mit den zentralen Werten der hawaiischen Kultur und den Hawaiian-Standards vertraut. Diese Werte sind die Grundlage für ein tieferes Verständnis der Lomilomi-Massage.
- In der Begegnung mit Kumu Keala erfahren die Teilnehmenden mehr über die hawaiische Lebenshaltung und den «Aloha Spirit».



Modul 6:

Fertigkeitstraining

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 1 Tag à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

Praktische Vorbereitung auf die Prüfung

- Die Teilnehmenden geben und erhalten je eine komplette Lomilomi-Massage.
- Vorbereitung und Unterstützung im Hinblick auf die praktische Diplomprüfung.
- Die Teilnehmenden kennen ihre Verbesserungsmöglichkeiten und haben die Mittel, um diese umzusetzen.

Lernziele

- Die Teilnehmenden sind in der Lage, eine korrekte und vollständige Lomilomi-Massage durchzuführen.



Modul 7:

Lomilomi-Vertiefungsnachmittage

Durchführung: Es finden 11 Vertiefungsnachmittage pro Jahr statt. 3 sind obligatorisch. Diese können frei gewählt werden.

Dauer: 3 Nachmittage à 5 Stunden (total 15 Stunden)

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

Vertiefung und Repetition spezifisch bezogen auf ein bestimmtes Modul

- Wiederholung und Vertiefung der vermittelten Massagetechniken und Therapien
- Beantwortung und Diskussion von Fragen der Teilnehmenden
- Die Teilnehmenden können mit konkreter Unterstützung der Kursleitung üben.

Lernziele

- Die Teilnehmenden führen die jeweiligen Massagetechniken durch, reflektieren sie und entwickeln Sicherheit in der Durchführung der Behandlung.

Modul 8:

Prüfungsvorbereitung und Diplomprüfung⁷

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

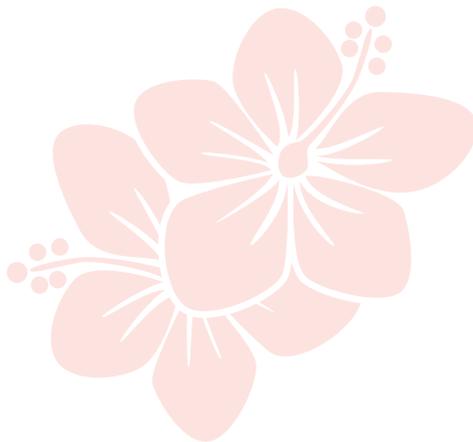
Inhalt

Vorbereitung, Prüfungen und Diplomabgabe

- Tag 1. Vorbereitungstag: Massieren, Fragen stellen und beantworten. Präsentation und Reflexion der letzten 15 Übungsmassagen
- Tag 2. Mündliche Prüfung (Gesprächsführung und Anamnese), praktische Prüfung (Lomilomi-Massage)
- Tag 3. Schriftliche Prüfung (Lomilomi, Anatomie, Hawai'i)
- Tag 4. Individuelle Rückmeldung der Prüfungsergebnisse. Spezial-Workshop mit Input-Referat zu einem ausgewählten aktuellen Thema (z.B. Bias, Gender-Diskussion, Gender-Medizin, Polyvagal-Theorie, Body-Mind). Diplom-Abgabe im Rahmen einer kleinen Feier.

Lernziele

- Überprüfen der bestehenden Kenntnisse
- Diskussion der eigenen Übungsbehandlungen mittels Präsentation der Protokolle
- Erwerben zusätzlicher Kenntnisse durch Fremdreferent:in.



⁷ Die Prüfungsordnung kann bei AlohaSpirit angefordert werden.

Modul 9:

Lomilomi-Übungsbehandlungen mit Protokoll

Durchführung: total 30 Massagen

Dauer: 75 Stunden (67 Stunden angeleitetes Selbststudium nach Vorgabe von AlohaSpirit, 8 Kontaktstunden zur Reflexion und Präsentation)

Ort: eigene Lokalität und AlohaSpirit

Umfang: 30 Lomilomi-Massagen à je ca. 2 bis 2½ Stunden (inkl. Protokollierung)

Inhalt

Protokollierte Übungsbehandlungen mit selbständiger Reflexion

- Die angehenden Lomilomi-Praktizierenden absolvieren im Anschluss an die Module 2, 3 und 4 insgesamt 30 Lomilomi-Übungsbehandlungen.
- Vertiefung therapeutischer Prozess: Erfassen des Behandlungsbedarfs nach methodenspezifischen Kriterien, Zielvereinbarung, Massnahmenplanung, Behandlungsdurchführung, Vor- und Nachgespräch
- Die Behandlungen werden gemäss Vorgaben von AlohaSpirit protokolliert. Die Teilnehmenden arbeiten selbständig. Nach erfolgten Übungsbehandlungen präsentieren und reflektieren sie das Erlernte in der Gruppe.
- AlohaSpirit begleitet die angehenden Lomilomi-Praktizierenden in diesem Prozess, beantwortet Fragen und steht ihnen zur Seite.

Lernziele

Im Rahmen des angeleiteten Selbststudiums werden die angehenden Lomilomi-Praktizierenden mit den folgenden Aspekten des therapeutischen Prozesses vertraut:

- Erfassen des Behandlungsbedarfs nach methodenspezifischen Kriterien
- Information der Klient:in über die Lomilomi-Massage, die entsprechenden Kosten, Zahlungsmodalitäten und Versicherungsleistungen
- Zielvereinbarung
- Massnahmenplanung
- Behandlungsdurchführung
- Vor- und Nachgespräch.

Auf Basis der präsentierten Protokolle bezüglich Übungsbehandlungen kann AlohaSpirit gemeinsam mit den angehenden Lomilomi-Praktizierenden die Behandlungen evaluieren und so die Qualität überprüfen bzw. sichern und optimieren (insgesamt 8 Kontaktstunden).

Modul 10:

Selbsterfahrung

Dauer: total 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit, bzw. eigene Lokalität

Inhalt

Lomilomi-Massagen erfahren

- Die angehenden Lomilomi-Praktizierenden lassen sich im Verlauf der Ausbildung mindestens drei Mal von bereits diplomierten Lomilomi-Praktizierenden massieren.
- Eine Massage muss bei AlohaSpirit, eine bei einer/m von AlohaSpirit diplomierten Praktizierenden und eine bei einer Drittperson eigener Wahl stattfinden. Die Massagen müssen während der Ausbildung erfolgen; Massagen, die länger zurück liegen, können nicht angerechnet werden.
- Es wird empfohlen, sich einmal zu Beginn, einmal während und einmal gegen Ende der Ausbildung massieren zu lassen.
- Jede Massage muss reflektiert und schriftlich festgehalten werden.

Lernziele

- Diese Massagen mit Selbstreflexion dienen der Selbsterfahrung. Sie fördern die Reflexion über den gesamten Ablauf (Vorgespräch, Anamnese, Behandlung, Nachgespräch) und verhelfen zur Qualitätskontrolle der eigenen Arbeit.



Modul 11:

Methodenspezifische Medizinische Grundlagen

Durchführung: 4-mal im Jahr jeweils ein Tag

Dauer: total 32 Stunden (8 Stunden pro Tag)

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 20

Inhalt

Anatomie auf Lomilomi bezogen

- Vermittlung von Wissen über Funktion, Aufbau und Eigenschaften von 22 Hauptmuskeln sowie Unterricht zusätzlicher Lomilomi-Techniken⁸
- Spezialthemen werden vertieft: z.B. Thoracic Outlet Syndrom, Entzündungen, Epigenetik, Nervensystem, Rezeptoren
- Einbezug und Diskussion spezifischer Beschwerden.

Lernziele

Spezifische Lomilomi-Techniken und deren Vertiefung für folgende Bereiche:

- Tag 1: Nacken, Schultern
- Tag 2: Hüften und Kreuz
- Tag 3: Arme, Ellbogen und Handgelenke
- Tag 4: Beine, Knie und Füße.

⁸ Diese 22 Muskeln sind für Haltung und Bewegungsapparat von zentraler Bedeutung. Die Auswahl traf unser Lehrer Kumu Dane Kaohelani Silva.

3 GRUNDLAGENAUSBILDUNG

Wird eine Zertifizierung bei den medizinischen Registern ASCA und EMR angestrebt⁹, sind alle Teilnehmenden unseres Diplomkurses dazu aufgefordert, die «Grundlagenausbildung»¹⁰ zu absolvieren.

Die Fachausbildung sollte zeitgleich mit der Grundlagenausbildung erfolgen, damit Grund- und Fachwissen verknüpft und verstanden werden können.

Die Grundlagenausbildung beinhaltet die nachfolgend aufgeführten Fächer:¹¹

a) Medizinische Grundlagen:

- Anatomie und Physiologie des Menschen
- Krankheitslehre
- Pharmakologie
- Notfallmedizin
- Hygiene

b) Sozialwissenschaftliche Grundlagen:

- Psychologie
- Kommunikation

c) Allgemeine Grundlagen:

- Gesundheitsverständnis
- Ethik
- Praxisführung



9 Siehe letzte Seite

10 Die Grundlagenausbildung umfasst:

- EMR Standard: 340 Lernstunden, Stand Januar 2022
- ASCA Standard: 180 Kontaktstunden, ab Januar 2023

11 Zu beachten: ASCA und EMR haben leicht unterschiedliche Anforderungen.

4 WEITERBILDUNGEN

Die AlohaSpirit-Weiterbildungen ermöglichen eine Vertiefung des bisher erworbenen Wissens in Theorie und Praxis. Zudem wird neues, zusätzliches Knowhow vermittelt, das zu einem erweiterten Verständnis der Themen Lomilomi und Hawai'i beiträgt. AlohaSpirit empfiehlt, diese Angebote zu nutzen.

Weiterbildungen mit Kumu Keala Ching, Hawai'i

Durchführung: 4 Workshops jährlich

Dauer: je 2 bzw. 3 Tage

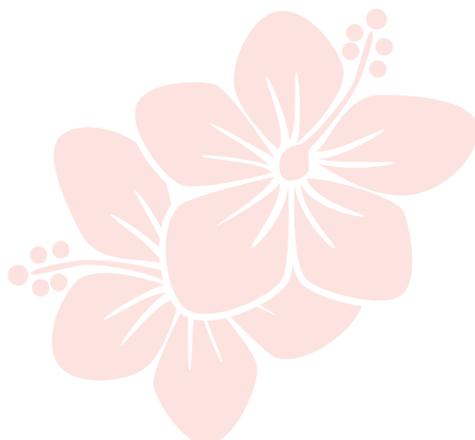
Ort: AlohaSpirit, bzw. Rigi

Inhalt

- Self Ho'oponopono (Emotional Intelligence aus hawaiischer Sicht)
- Hula Kahiko (traditionelle Tänze)
- Hula 'Auana (moderne Tänze)
- Hawaiische Sprache und Werte (entspricht Modul 5 der Fachausbildung)

Lernziele

- Vertieftes Verständnis der hawaiischen Kultur und Traditionen auf verschiedenen Ebenen
- Verbessert und intensiviert das Verständnis der Welt Hawai'is
- Neben dem Hula-Tanz stehen insbesondere die hawaiische Lebensphilosophie und ihre Bedeutung für den Westen im Vordergrund.



Weiterbildung Integrative Lomilomi

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

- Basis des Integrative Lomilomi ist die Verbindung von traditionellem Wissen mit zeitgenössischen Entwicklungen der Lomilomi-Massagekunst.

Lernziele

- Vermittlung einer weiteren Lomilomi-Technik mit zunehmender Bedeutung
- Weiterbildung und zusätzliche Vertiefung des generellen Lomilomi-Verständnisses und der methodenspezifischen Technik.

Weiterbildung Salz-Peeling-Massage

Durchführung: 1-mal jährlich

Dauer: 2 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

- Weiterbildung in Ganzkörper-Salzpeeling-Massage (Lomilomi Pa‘akai) und der methodenspezifischen Technik.

Lernziele

- Erlernen einer zusätzlichen Technik.

Weiterbildung Hospitanz / Assistenz

Durchführung: 3- bis 4-mal jährlich

Dauer: 4 Tage à 8 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Inhalt

- Hospitanz / Assistenz an einem Modul 1

Lernziele

- Indem die Lomilomi-Praktizierenden den AlohaSpirit-Lehrpersonen bei einem viertägigen Kurs assistieren, können sie das eigene Fachwissen wiederholen bzw. vertiefen wie sie auch den Kursinhalt aus der Sicht der Lehrpersonen erfahren.

Weiterbildung Exercise Classes

Durchführung: 3-mal jährlich über ein Jahr verteilt

Dauer: jeweils 5 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

- Durchführung einer vollständigen Massage, mit Supervision und Feedback
- an unterschiedlichen Menschen üben
- Kontakt zu anderen AlohaSpirit-Praktizierenden, Knowhow-Austausch
- Fragen beantworten

Lernziele

- Erfahrungsgewinn und Erfahrungsaustausch
- Optimierung des eigenen Könnens.

Weiterbildung Vertiefungsnachmittage

Durchführung: mindestens 11-mal jährlich

Dauer: jeweils 5 Stunden

Ort: AlohaSpirit

Teilnehmende: maximal 16

Inhalt

- Die Vertiefungsnachmittage finden nach jedem Kurs statt; drei Nachmittage werden als Teil der Ausbildung obligatorisch verlangt.¹²
- Üben mit Supervision
- Fragen beantworten

Lernziele

- Wiederholen der vermittelten Massagetechniken
- Repetition und Vertiefen der Kenntnisse.

Weiterbildung Community Work

Durchführung: nach Möglichkeit

Ort: eigene Wahl bzw. je nach Angebot

Inhalt

- Community Work – die ehrenamtliche Durchführung von Lomilomi-Massagen an lokalen Anlässen wie Sportfesten für die breite Bevölkerung oder in Institutionen wie Altersheimen etc. – ist fester Bestandteil der hawaiischen Kultur.

Lernziele

- Dienste zum Wohle der Menschen anbieten, dabei Erfahrungen in Lomilomi-Massage sammeln und gleichzeitig die eigene Sozialkompetenz schulen.

¹² Entspricht Modul 7 der Fachausbildung

5 DAS IST ALOHASPIRIT

AlohaSpirit, Zentrum für hawaiische Körperarbeit und Kultur, bietet seit 1996 Aus- und Weiterbildungen in Lomilomi-Massage, Hula-Tanz und hawaiischer Kultur an. Auf Basis von 10'000 Stunden Erfahrung und 25 Jahren direktem Kontakt mit unseren Lehrpersonen auf Hawai'i vermitteln wir hawaiisches Wissen und verbinden es mit westlichem Wissen. Die persönliche Entwicklung, anders gesagt das innere Wachstum, ist bei all unseren Engagements zentral.

Anerkennungen unserer Schule

Im Bereich Körpertherapien ist AlohaSpirit schweizweit als einzige Lomilomi-Schule von den Organisationen

- ASCA (Schweizerische Stiftung für Komplementärmedizin)
- SVBM (Schweizerischer Verband der Berufsmasseurinnen und -masseure) und europaweit von der
- ALH (Association Lomilomi Hawai'i) anerkannt.

Die Lomilomi-Methode bei ASCA und EMR

Lomilomi ist seit 2018 als Methode Nr. 270/271 bei der ASCA registriert. Seit Januar 2022 ist Lomilomi zudem beim EMR auf der Methoden-Liste mit der Nr. 50 aufgeführt. Die Lomilomi-Therapie wird, seit Januar 2022, von verschiedenen Versicherern als komplementäre Therapieform anerkannt und die Leistung entsprechend rückvergütet.

Die Registrierung bei ASCA bzw. die Zertifizierung durch das EMR sind die Voraussetzungen für eine Berücksichtigung durch die Komplementär-Versicherungen der Krankenkassen. Jede Krankenkasse entscheidet jedoch eigenständig. Ziel von AlohaSpirit ist eine allgemeine Krankenkassen-Anerkennung der Methode Lomilomi.

AlohaSpirit orientiert sich an den Richtlinien des ErfahrungsMedizinischen Registers, EMR. Unsere Fachausbildung gilt als Grundlage für die ASCA-Registrierung und für die EMR-Therapeut:innen-Zertifizierung. Die Zertifizierung als Lomilomi-Therapeut:in steht jenen offen, welche die entsprechenden Bedingungen – u.a. Grundlagenausbildung – erfüllen (siehe Seite 21). Diplomierte von AlohaSpirit können zusätzlich beim SVBM und bei ALH die Mitgliedschaft beantragen.

Die Registrierung bei ASCA bzw. die Zertifizierung durch das EMR dienen der Qualitätssicherung und verleihen der Ausbildung sowie der anschliessenden praktischen Tätigkeit die nötige Seriosität und Grundlage.

Die Zusammenarbeit mit diesen Organisationen ist ein Qualitäts-Label, das zum jetzigen Zeitpunkt nur bei AlohaSpirit möglich ist.

Darüber hinaus kooperiert AlohaSpirit schweizweit mit anderen führenden Schulen, die im Bereich Körpertherapien aktiv sind.

Unser Menschenbild

Wir verstehen Menschen als ganzheitliche Wesen, die auf der Suche nach innerem Gleichgewicht, Gesundheit und Zufriedenheit sind.

Wir sprechen Menschen aus unterschiedlichsten Hintergründen und jeden Alters an. Es sind Menschen, die an Wachstum und Gesundheit für sich selbst und anderen interessiert sind.

Wir anerkennen und fördern das Recht jedes Menschen, sich zu entwickeln und sein Leben selbstverantwortlich zu gestalten. Wir sind dankbar dafür, Menschen auf einem Stück ihres Weges begleiten zu dürfen.

6 PARTNERVERBÄNDE & KOOPERATIONEN





AlohaSpirit GmbH, Postfach 907, 8706 Meilen www.AlohaSpirit.ch