



Sonia Sampaolo
Spinning Babies® Approved Trainer
Trainerin für den deutschsprachigen Raum
soniasampaolo@spinningbabies.com
+49 15789069085

An wen richtet sich der Workshop?

Der Spinning Babies® Foundational Workshop ist eine Fortbildungsmöglichkeit für Hebammen, steht aber auch anderen Fachleuten aus den Arbeitsfeldern rund um Schwangerschaft und Geburt offen wie z.B. geburthilflichen Ärzt*innen, Doulas, Geburtvorbereiter*innen, Lehrer*innen für Schwangerenyoga, Physiotherapeut*innen, Osteopath*innen, Chiropraktor*innen.

Workshop-Inhalt:

- Eine neue Herangehensweise für erfahrene Fachleute
- Bedeutung des weichen Gewebes (Muskeln, Bänder, Bindegewebe und Faszien) in der Schwangerschaft, während der Geburt und für Haltung und Einstellung des Babys
- Übungen für eine leichtere Schwangerschaft und Geburt
- Häufige Ursachen und Auswirkungen von ungünstigen Kindslagen
- Gebärhaltungen passend zum Höhenstand
- Geburtsstillstände auflösen

„Warum sollte ich teilnehmen?“

Wissen erweitern und gezielter nutzen: Der Workshop ermöglicht den Teilnehmenden, mit einem frischen Ansatz mit Schwangeren und Gebärenden zu kommunizieren und zu arbeiten, der diesen eine leichtere Schwangerschaft und Geburt ermöglicht und bei Schwierigkeiten und Schmerzen oder zähen Geburtsverläufen und ungünstigen Kindslagen bzw. Einstellungen weiterhilft. Gemeinsam bringen wir Geburtswissen und Geburtsbegleitung auf das nächste Level.

Workshop-Format

Der Workshop kann **ein- oder zweitägig** stattfinden. Inhaltlich behandeln beide Formate das Gleiche. Der zweitägige Workshop bietet mit 13 Stunden lediglich mehr Zeit für Theorie und Praxis sowie für Geschichten aus der Praxis als der eintägige Workshop mit 7 bis 8 Stunden. Ausgelegt ist der Workshop für 26 bis 34 Teilnehmende.

Sponsored Workshop Angebot für Teams, Kliniken, geschlossene Gruppen, die den Workshop zu sich holen wollen. Der Workshop wird pauschal bezahlt (aktuell 7.000\$ bzw. 12.000\$). Es können bis zu 34 Personen teilnehmen.

Hosted Workshop Der Workshop wird von einer Person vor Ort organisiert und betreut. Die Buchung der Tickets erfolgt über Spinning Babies®. Für die Organisation gibt es im Gegenzug ein kostenloses Ticket (Ticketpreise aktuell ca. 250\$ bzw. 450\$). Auch das Richtige für kleine Teams, die den Workshop nicht selbst füllen; verbleibende Plätze werden dann über Spinning Babies® angeboten.

Raum & Ausstattung Wir brauchen einen Raum ab 90qm mit Beamer, WLAN und Bestuhlung, 4-6 Massageliegen, Yogamatten, einen Sitzball, einen Peanutball, ein paar Lagerungskissen (kann oft auch von den Teilnehmenden mitgebracht werden).

Spinning Babies® Foundational Workshop Outline:

- Ein Paradigmenwechsel bei der Beurteilung des Geburtsfortschritts
- Geburtsanatomie und Balance
- Die Kardinalbewegungen des Babys bei der Geburt
- Geburtsanatomie - die Gebärmutter ist kein Ballon
- Köpfchen unten reicht nicht (immer)
- Daily activities – mehr Beweglichkeit erlangen, Rest SmartSM zur Unterstützung
- Balance für den Körper für mehr Wohlbefinden, eine gute Lage des Kindes und/oder eine leichtere Geburt
- Die Three BalancesSM in der Schwangerschaft und bei der Geburt
- Ursprung der Übungen und Kontraindikationen
- The Jiggle - eine Faszientechnik
- Forward-Leaning Inversion: Dehnung für die Mutterbänder für eine gute Ausrichtung eben jener für mehr Wohlbefinden, eine leichtere Öffnung des Muttermundes und/oder zur Verbesserung der kindlichen Lage
- Side-lying Release für eine gut aufgestellte Gebärmutter, Beckenboden-, Gesäß- und Beckenmuskulatur
- Vergleich des Geburtsverlaufs bei fünf häufigen Geburtsstillständen
- Unterschiede zwischen „asymmetrischem“ Wehenmuster z.B. bei hinterer Lage und „symmetrischem“ Verlauf bei guter Einstellung
- Wann genug genug ist: Unterscheiden können, ob das Köpfchen nur eine bessere Einstellung braucht oder tatsächlich nicht passt (CPD)
- Ist der Geburtsverlauf einfach nur langsam oder fehlt es an Rotation?
- *Die Spinning Babies® Frage: „Wo ist das Baby?“*
- Geburtsstillstände und Lösungsmöglichkeiten in Bezug zum Höhenstand
- Einführung in Three Levels SolutionsSM als Ansatz bei Geburtsstillständen
- Mögliche Probleme und Ursachen für Geburtsstillstände auf den drei Beckenebenen
- Beckeneingang öffnen: Eintritt ins Becken erleichtern oder ermöglichen
- Beckenmitte öffnen: Tiefertreten und Rotation fördern
- Beckenausgang öffnen: Austritt erleichtern oder ermöglichen