

Ludmilla Weber

Ausbildung

- M.Sc. ETH in Bewegungswissenschaften
- dipl. Bewegungspädagogin/-therapeutin BGB
- dipl. Bewegungspädagogin Franklin-Methode®

Weiterbildung

- Spiraldynamik® Fachkraft, 3D Körperarbeit, Massage, Yoga
- Yoga Master, Indien
- Anatomy Trains® in Motion, Biotensegrity, Faszientraining
- Tanz, Atem- und Entspannungstechniken
- Betriebliche Gesundheitsförderung



Berufliche Erfahrung

- Seit 2014 Massgeschneidertes Bewegungstraining vom Bewegungsmuffel bis Spitzenathlet
Persönliches Training und in Kleingruppen
Weiterbildungen für Amateure und Professionals in Tanz, Sport, Fitness und Therapie
- 2010 –2014 Persönliches Training in Dubai, UAE
- 1986 – 2010 Aufbau und Führen der eigenen Bewegungsschule „Unisono“ für Tanz, Kondition, Haltung in Winterthur
- 1988 -2008 Mitbegründerin des Vereins „tanzinwinterthur“ zur Förderung des lokalen, nationalen und internationalen zeitgenössischen Tanzgeschehens in Winterthur
- Seit 1995 Pionierin und Anbieterin in der Schweiz zum Thema "Betriebliche Gesundheitsförderung"
- Seit 1991 Mitbegründerin und Verbreitung des Konzepts "Bewegte Schule" für mehr Körperbewusstsein und Bewegung an Schweizer Schulen
- Vertreterin der Schweiz an der Internationalen Olympischen Akademie
- Mitglied der Schweizer Juniorinnen-Nationalmannschaft im Kunstturnen

Dozentin

- Pädagogische Hochschule Zürich (PHZH)
- Schule und Weiterbildung Schweiz (swch.ch)
- Institut für Franklin-Methode® (Imaginative Bewegungspädagogik)
- Schweizerischer Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie (SVGS)
- Gesundheitsförderung Schweizerischer Turnverband (STV)
- Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz (BGB)
- Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS)
- Turn- und Sportlehrerin an Mittel-, Berufs- und Volkshochschulen
- Leiterin von Kursen beim Akademischen Sportverband Zürich ASVZ

Publikationen

- Buch „Bewegte Arbeit – Time to move!“ (Versus Verlag, Zürich)
- Buch „Bewegt, entspannt, selbstbewusst – von Fuss bis Kopf “ (Versus Verlag, Zürich)
- Artikel und Kolumnen in verschiedenen Zeitschriften