



Artikel erschienen in :
Article paru dans :

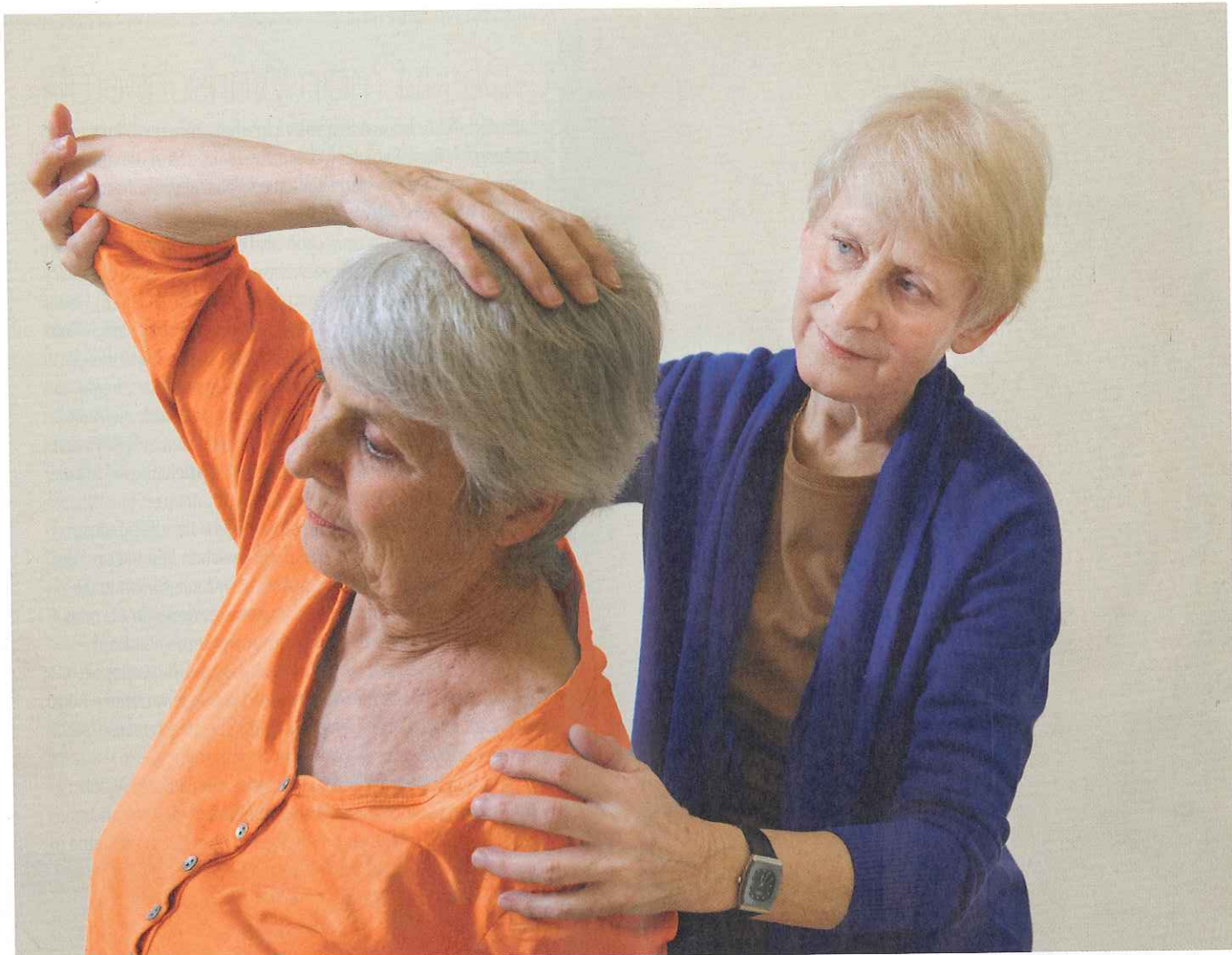


Autor:
Auteur:

Artikel über **Regina Kempf**, Zürich
in ihrer Arbeit als Feldenkrais-Lehrerin

Erscheinungsdatum:
Date de parution:

März 2012, Nr. 3



«Ich bin ein Bewegungsmensch»

«Regina Kempf» steht auf dem Visitenkärtchen: «Feldenkrais Lehrerin SFV/IFF» – und seit Neuem auch noch «Pioneer Trainer Bones for Life». Sie ist es wirklich und leibhaftig, das frühere «Schätzchen der Nation». Viele lange Jahre war sie Ansagerin und Moderatorin beim Fernsehen und eine bekannte Stimme auch am Radio. Bei einigen Wörtern (gesagt = gsät) verrät sich die 68-jährige Wahlzürcherin noch immer als gebürtige Appenzellerin. Nach Handelsdiplom und Schauspielschule sei sie stets auf drei Schienen gefahren, immer als Freiberuflerin, erklärt sie: «Fernsehen, Radio sowie Gymnastik, Turnen und Tanz.» Musste sie für die Moderation etwas auswendig lernen, hat sie es gerne im Gehen eingeübt, zum Beispiel im Korridor des Studios. «Ich bin ein Bewegungsmensch», sagt sie.

Eigene Rückenbeschwerden und ein Bandscheibenvorfall machten sie 1992 tiefgründig mit der Feldenkrais-Methode bekannt. Sie war fasziniert von der Wirkung und machte sie – im Alter von fünfzig Jahren – schliesslich zum Beruf. Im Salzburgerischen liess sie sich in einem vierjährigen Lehrgang zur Feldenkrais-Lehrerin ausbilden. Daneben war sie weiterhin für Radio und Fernsehen tätig.

In ihrer Gemeinschaftspraxis in Zürich lehrt sie heute Klienten in Einzelsitzungen und Gruppen, wie sie sich aus alten Mustern lösen und zum «aufrechten Gang» zurückfinden können oder wie sie sich durch Übungen die Knochen stärken lassen. Ans Aufhören denkt sie nicht, vielmehr spielt sie mit dem Gedanken, nochmals eine Zusatzausbildung zu machen. «Wenn ich jene Berufskolleginnen sehe, die über achtzig Jahre alt sind und noch frischfröhlich praktizieren, macht mir das Hoffnungen.» Bei Bedarf könne sie ja kürzertreten, in Ferienzeiten werde die Praxis sowieso nicht überrannt. Und zum Abschied lacht sie nochmals so erfrischend, wie es halt nur eine Regina Kempf kann.

www.regina-kempf.ch

dert Bewerbungen – vorgeladen wurde er zwanzig Mal. Bis ihm ein Feuerwehrkollege erzählt, dass er seine Stelle als Leiter Sicherheit beim Fleischverarbeiter Bell in Basel aufgeben werde. Ob dieser Job nicht etwas für ihn sei, zumal er doch als Feuerwehrinstructor das Rüstzeug dazu habe. Gehrig bewirbt sich und bekommt die Stelle. «Ich habe heute einen Traumjob», freut er sich. Manchmal weiss das Schicksal eben besser, wo das Glück zu finden ist. Und man muss den Umweg dorthin geduldig ertragen können.

Webseiten

- Fachverein freischaffender Berufsberaterinnen und Berufsberater: www.ffbb.ch
- www.berufsberatung.ch
- www.jobwohl.ch

Bücher

- Claudia Benetti: «Karrieren im Umbruch», Werd.
- Markus Maeder: «Vom Herzchirurgen zum Fernfahrer», Verlag Wörterseh.
- Reinhard Schmid/Claire Barmettler: «Erfolg im Beruf – eine persönliche und berufliche Standortbestimmung», Verband für Berufsberatung.