



This certificate is awarded to

Seraina Sidler-Tall

for successful completion of the
Peak Pilates® Advanced Mat Certification

Instructor # 215554

Certified since: 1/19/2013

Valid through: 1/19/2015



A handwritten signature in black ink, appearing to read "S Lynch".

Shannan Lynch, PhD, CSCS, HFS, CISSN
Education Manager

PeakPilates®

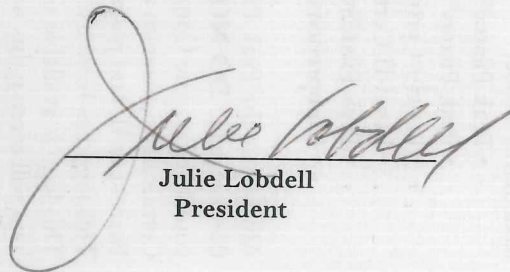
Presents

Seraina Sidler-Tall

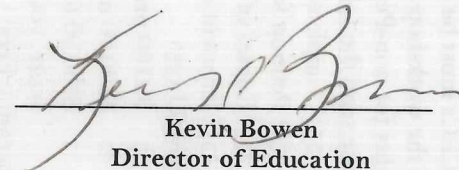
with an

BASIC MAT CERTIFICATION

For having successfully met all the requirements of Peak Pilates to lead and instruct the Peak Pilates Basic Mat Series to healthy individuals.



Julie Lobdell
President



Kevin Bowen
Director of Education

Certificate #10-0347
Expires: April 23, 2012



Peak Pilates®

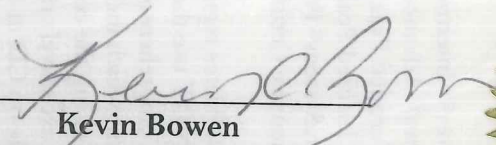
Presents

Seraina Sidler-Tall

with an

INTERMEDIATE MAT CERTIFICATION

For having successfully met all the requirements of Peak Pilates to lead and instruct the Peak Pilates Basic and Intermediate Mat Series to healthy individuals.



Kevin Bowen
Director of Education



Certificate # 10-0909
Expires: December 4, 2012



Diplom

Bewegungspädagogin nach Franklin-Methode®

Seraina Sidler-Tall

hat die dreijährige Ausbildung zur
dipl. Bewegungspädagogin nach Franklin-Methode®
im Jahr 2007 mit Erfolg absolviert

Befähigung zur Anwendung der Franklin-Methode® in den
Bereichen Knochen, Gelenke, Bänder, Sehnen, Muskeln,
Organe und Körperflüssigkeiten.

Befähigung zum Unterrichten insbesondere von Atmung,
Berührung, Haltungsschulung, Konstruktive Ruhe,
Rückenschule, Beckenbodengymnastik, Training mit dem
Thera-Band und den Franklin-Bällen, Kraft- und
Koordinationstraining, Arthro-, Osteo- und Orgokinematik,
Tanz, Hawkins-Technik und Bewegungsimprovisation mit
Bildern.

Wiesendangen, 08. Februar 2008

INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

Eric Franklin
Leitung Institut

Näusikaa von Orelli
Klassenlehrerin

Institut für Franklin-Methode, Breitackerstrasse 6b, CH-8542 Wiesendangen / Schweiz
www.franklin-methode.ch

Das Institut für Franklin-Methode ist Mitglied des Berufsverbandes für Gymnastik und Bewegung BGB Schweiz

文凭
太极拳
训练班

DIPLOM

Ich bestätige hiermit, daß

Frau Seraina TALL

an der

Ausbildung zur Taijiquan-Kursleiterin

unter Leitung von Foen Tjoeng Lie

vom November 1999 bis Juli 2001 in Winterthur, Schweiz

regelmäßig teilgenommen und diese erfolgreich abgeschlossen hat.

Inhalte der Ausbildung sind dem Curriculum auf der Rückseite zu entnehmen.

Hamburg, den 28. Juli 2001



李奮忠

*Foen Tjoeng Lie/Ausbildungsleiter
Kolibri-Seminare*

Bartholomäusstr. 57b, 22083 Hamburg





Teilnahmebestätigung

Wir bestätigen, dass

Seraina Sidler-Tall

an der SCT- und Herzstiftung-Fortbildung
«Angeborene Herzfehler»
vom 16. November 2019 in Kilchberg
teilgenommen hat.

Dauer: 09.30-16.00 Uhr

Programminhalte:

- Kongenitale Herzvitien und deren Betreuung im Kindesalter
 - Chirurgie angeborener Herzfehler
- Transition bei Jugendlichen mit angeborenem Herzfehler
- Langzeitprobleme, Therapien und Lebensstilanpassungen
 - Wie Nikotinkonsum mein Herz belastet

Swiss Cardiovascular Therapists
Schweizerische Herzstiftung



Martin Gsponer

Präsident Swiss Cardiovascular Therapists SCT

Institut für Franklin-Methode
Brunnenstrasse 1, CH-8610 Uster
Telefon +41 (0)43 399 06 03
Fax +41 (0)43 399 06 04
info@franklin-methode.ch
www.franklin-methode.ch



Diplom

als

*BASIC Lehrer nach
Franklin-Methode®*

Seraina Tall

**hat das erste Jahr in der
Ausbildung nach Franklin-Methode®
im Jahr 2003 mit Erfolg absolviert**

Die Schulung umfasste 171 Seminarstunden, Supervisionen und Protokolle sowie das Erarbeiten von anatomischen Grundkenntnissen.

Schwerpunktthemen waren die Franklin-Methode® und Gelenksfunktionen. Insbesondere wurden in die Arthro- und Osteokinematik sowie in die auf der Franklin-Methode® basierenden Beweglichkeits- und Berührungstechniken eingeführt.

Uster, 19. November 2004

INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

Erich Walker
Klassenlehrer

Brigitte Gertschen
Schulleitung



Teilnahmebestätigung

Wir bestätigen, dass

Seraina Sidler

am Herzgruppen-Forum
„Taktgeber Herz“
vom 1. April 2017 in Luzern
teilgenommen hat.

Dauer: 09.00 - 17.00 Uhr

Programminhalte

- Informationen aus der Schweizerischen Herzstiftung
- Training versus Ablation bei Vorhofflimmern: Was hilft wirklich?
- Neue Technologien der Rhythmologie und Elektrophysiologie
- Leben mit einem ICD: Podiumsdiskussion mit Betroffenen
- Posterausstellung, Erfahrungsaustausch
- Befähigte Patienten, vernetzte Fachpersonen: Das elektronische Patientendossier als grosse Chance
- Workshops: Herzratenvariabilität, Rhythmik nach Jaques-Dalcroze, Spiraldynamik, psychosoziale Beratung

Schweizerische Herzstiftung

Claudia Pohl
Koordinatorin Herzgruppen

SwissCardioTherapists

Martin Gsponer
Präsident

Die SCT anerkennen die Teilnahme mit 8h/Credits



KURSBESTÄTIGUNG

Seraina Sidler-Tall

hat an der Weiterbildung

**Die Schultersymphonie:
Integration von Gelenken, Muskeln und Faszien –
Die Franklin-Methode®**

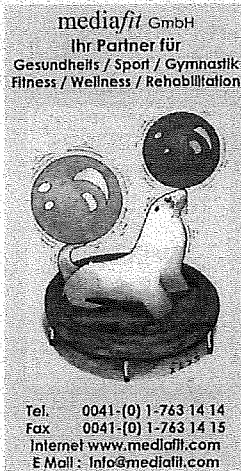
teilgenommen.

Kursdatum: 12. Januar 2013
Zeit: 09.30 – 17.45 Uhr (6 Stunden)
Kursort: Tanzschule Catwalk, Untere Vogelsangstrasse 7, CH-8400 Winterthur

Dozent: Eric Franklin

Mit freundlichen Grüßen
INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

12.01.2013



Beckenbodenkongress 2004

vom
21.11.2004 in Luzern

Kongressbestätigung

Wir bestätigen, dass Tall Seraina, Hertistr. 2, 6300 Zug an vier von sieben Workshops und zwei Referaten an diesem Kongress erfolgreich teilgenommen.

Dieser Kongress ist von ASPUG als Fortbildung zu akkreditieren.

Referate Inhalt:

- Blasenschwäche und Reizblase
- Entlastendes Alltagsverfahren für den Beckenboden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Inkontinenz-Operationen und Ihre Nachbehandlung
- Therapie bei Senkungen

Workshop Inhalt:

- Konservative Therapie bei Inkontinenz - Intimbeschwerden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Funktionelles Training Tri-Package
- Praktische Arbeiten mit Imagination und Körperwahrnehmung
- Fitness für den Beckenboden
- Balanced Motion, Sensomotorik

Freundliche Grüsse

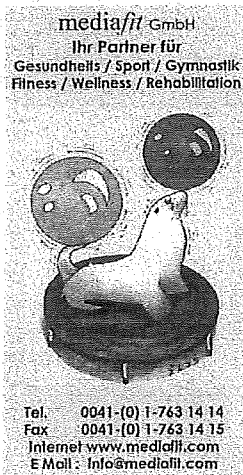
Frau Tania Vera

mediafit GmbH

Dorfstrasse 95

8912 Obfelden

www.mediafit.com



Beckenbodenkongress 2004

vom
21.11.2004 in Luzern

Kongressbestätigung

Wir bestätigen, dass Tall Seraina, Hertistr. 2, 6300 Zug an vier von sieben Workshops und zwei Referaten an diesem Kongress erfolgreich teilgenommen.

Dieser Kongress ist von ASPUG als Fortbildung zu akkreditieren.

Referate Inhalt:

- Blasenschwäche und Reizblase
- Entlastendes Alltagsverfahren für den Beckenboden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Inkontinenz-Operationen und Ihre Nachbehandlung
- Therapie bei Senkungen

Workshop Inhalt:

- Konservative Therapie bei Inkontinenz - Intimbeschwerden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Funktionelles Training Tri-Package
- Praktische Arbeiten mit Imagination und Körperwahrnehmung
- Fitness für den Beckenboden
- Balanced Motion, Sensomotorik

Freundliche Grüsse

Frau Tania Vera

mediafit GmbH

Dorfstrasse 95

8912 Obfelden

www.mediafit.com



Beckenbodenkongress 2004

vom
21.11.2004 in Luzern

Kongressbestätigung

Wir bestätigen, dass Tall Seraina, Hertistr. 2, 6300 Zug an vier von sieben Workshops und zwei Referaten an diesem Kongress erfolgreich teilgenommen.

Dieser Kongress ist von ASPUG als Fortbildung zu akkreditieren.

Referate Inhalt:

- Blasenschwäche und Reizblase
- Entlastendes Alltagsverfahren für den Beckenboden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Inkontinenz-Operationen und Ihre Nachbehandlung
- Therapie bei Senkungen

Workshop Inhalt:

- Konservative Therapie bei Inkontinenz - Intimbeschwerden
- Beckenboden Rehabilitation bei Proktologischer und Sexuologie Dysfunktionen
- Funktionelles Training Tri-Package
- Praktische Arbeiten mit Imagination und Körperwahrnehmung
- Fitness für den Beckenboden
- Balanced Motion, Sensomotorik

Freundliche Grüsse

Frau Tania Vera

mediafit GmbH

Dorfstrasse 95

8912 Obfelden

www.mediafit.com

50 Jahre ans anni



schweiz suisse svizzera

**Weiterbildungsbestätigung
für den Jubiläumskongress 2018,
28. – 30. September 2018 , Yoga Schweiz Suisse Svizzera**

Herr / Frau

SIDLER -TALL SERAINA
FELDSTRASSE 4
6330 CHAM

hat folgendes Seminar besucht

The internal gaze (english) (der Blick nach Innen)

Datum	Samstag, 29. September 2018, 14.30h – 16.30h
Lektionen	zwei Stunden
Referent	Michael Hamilton
Kursinhalt	Rückbeugen, Vortrag über Mitgefühl und Metta Meditation
Kongressort	Lassalle-Haus, Bad Schönbrunn, 6313 Edlibach
Veranstalter	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Aarberggasse 21, 3011 Bern Tel: 031 311 07 17 E-mail: info@yoga.ch Internet:www.yoga.ch
29.09.2018	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Geschäftsstelle / Administration Susanne Baltensperger, Geschäftsführerin

Yoga Schweiz Suisse Svizzera

Aarberggasse 21 | CH-3011 Bern | +41 31 311 07 17 | info@yoga.ch | www.yoga.ch



**Weiterbildungsbestätigung
für den Jubiläumskongress 2018,
28. – 30. September 2018 , Yoga Schweiz Suisse Svizzera**

Herr / Frau

SIDLER-TALL SERAINA
FELDSTRASSE 4
6330 CHAM

hat folgendes Seminar besucht

The internal gaze (english) (der Blick nach Innen)

Datum	Sonntag, 30. September 2018, 9.30h – 12.30h
Lektionen	drei Stunden
Referent	Michael Hamilton
Kursinhalt	Asana (Asymmetrische Vorbeugen), eine spirituelle Praxis beginnen und Meditation
Kongressort	Lassalle-Haus, Bad Schönbrunn, 6313 Edlibach
Veranstalter	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Aarberggasse 21, 3011 Bern Tel: 031 311 07 17 E-mail: info@yoga.ch Internet:www.yoga.ch
30.09.2018	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Geschäftsstelle / Administration Susanne Baltensperger, Geschäftsführerin



**Weiterbildungsbestätigung
für den Jubiläumskongress 2018,
28. - 30. September 2018 , Yoga Schweiz Suisse Svizzera**

Herr / Frau

SIDLER-TALL SERAINA
FELDSTRASSE 4
6330 CHAM

hat folgendes Seminar besucht

Körper - Klang - Stimme - Stille

Datum	Samstag, 29. September 2018, 6.30h - 8.00h
Lektionen	eineinhalb Stunden
Referentin	Yaira Yonne-Konishi, diplomierte Yogalehrerin YCH
Kursinhalt	Praxis mit Stimmklang in Bewegung
Kongressort	Lassalle-Haus, Bad Schönbrunn, 6313 Edlibach
Veranstalter	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Aarberggasse 21, 3011 Bern Tel: 031 311 07 17 E-mail: info@yoga.ch Internet:www.yoga.ch
29.09.2018	Yoga Schweiz Suisse Svizzera Geschäftsstelle / Administration Susanne Baltensperger, Geschäftsführerin

Institut für Franklin-Methode
Brunnenstrasse 1, CH-8610 Uster
Telefon +41 (0)43 399 06 03
Fax +41 (0)43 399 06 04
info@franklin-methode.ch
www.franklin-methode.ch



Diplom

als

*BASIC Lehrer nach
Franklin-Methode®*

Seraina Tall

**hat das erste Jahr in der
Ausbildung nach Franklin-Methode®
im Jahr 2003 mit Erfolg absolviert**

Die Schulung umfasste 171 Seminarstunden, Supervisionen und Protokolle sowie das Erarbeiten von anatomischen Grundkenntnissen.

Schwerpunktthemen waren die Franklin-Methode® und Gelenksfunktionen. Insbesondere wurden in die Arthro- und Osteokinematik sowie in die auf der Franklin-Methode® basierenden Beweglichkeits- und Berührungstechniken eingeführt.

Uster, 19. November 2004

INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

Erich Walker
Klassenlehrer

Brigitte Gertschen
Schulleitung

Institut für Franklin-Methode
Brunnenstrasse 1, CH-8610 Uster
Telefon +41 (0)43 399 06 03
Fax +41 (0)43 399 06 04
info@franklin-methode.ch
www.franklin-methode.ch



Diplom

als

*BASIC Lehrer nach
Franklin-Methode®*

Seraina Tall

**hat das erste Jahr in der
Ausbildung nach Franklin-Methode®
im Jahr 2003 mit Erfolg absolviert**

Die Schulung umfasste 171 Seminarstunden, Supervisionen und Protokolle sowie das Erarbeiten von anatomischen Grundkenntnissen.

Schwerpunktthemen waren die Franklin-Methode® und Gelenksfunktionen. Insbesondere wurden in die Arthro- und Osteokinematik sowie in die auf der Franklin-Methode® basierenden Beweglichkeits- und Berührungstechniken eingeführt.

Uster, 19. November 2004

INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

Erich Walker
Klassenlehrer

Brigitte Gertschen
Schulleitung



KURSBESTÄTIGUNG

Seraina Sidler Tall

hat an der Weiterbildung

Die Imagination der Faszien – Die Franklin-Methode®

teilgenommen.

Kursdatum: 14. Juli 2012
Zeit: 09.30 – 17.45 Uhr / 6 Stunden
Kursort: Tanzschule Catwalk, CH-8400 Winterthur

Dozent: Eric Franklin

Mit freundlichen Grüssen
INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE

14.07.2012

Institut für Franklin-Methode
Brunnenstrasse 1, CH-8610 Uster
Telefon +41 (0)43 399 06 03
Fax +41 (0)43 399 06 04
info@franklin-methode.ch
www.franklin-methode.ch



KURSBESTÄTIGUNG

Seraina Tall

Teilnahme am Workshop

Bauchtanz mit Vorstellungskraft

Einführung in die Grundbewegung des Bauchtanzes mit Hilfe der Franklin-Methode®. Mit phantasievollen Bildern die wichtigsten Faktoren des Bauchtanzes unterstützen. Wie Bauchtanz richtig gemacht die Gesundheit der Hüftgelenke fördert.

Dozentin: Therese Cadisch
Datum: Samstag, 16. Oktober 2004
Dauer: Tagesworkshop, 6 Stunden

INSTITUT FÜR FRANKLIN-METHODE


Susann Kuchen

Fortbildung SCT vom Samstag 16.11.2013



Ort: Rehaklinik Seewis (www.rehaseewis.ch)

Thema: ambulante Reha vs stationäre Reha - die therapeutische Sicht

09.15-09.30	Willkommen bei einer kleinen Stärkung	
09.30-09.45	Begrüssung und Vorstellung des Programms Vorstellung der Reha Seewis	Martin Gsponer, SCT Lesek Purek, Reha Seewis
09.45-10.30	Kardiale Rehabilitation bei kognitiven Einschränkungen und Demenz	Lesek Purek, Reha Seewis
10.30-10.45	Pause	
10.45-11.45	Attraktive Koordinationsschulung	Hans Flurin, Reha Seewis
12.00-12.30	Neue Trends im Patientencoaching: The SwissHeartCoach	Martin Gsponer, SCT/ SHS
12.30-13.30	Mittagessen	
13.30-14.15	Controversy: ambulant vs stationär? Aus der Sicht der TherapeutInnen	Maja Marquart SCT, Martin Gsponer, Hans Flurin Reha Seewis
14.15-14.30	Pause	
14.30-16.00	Workshop: memory training in movement therapy	Christoph Gugger, St. Gallen
16.00	Abschluss	Martin Gsponer, SCT

Teilnahmebestätigung

Hiermit bestätigen wir die Teilnahme an der Fortbildung in Seewis von:

Seraina Sidler - Tall

Präsident SCT

Martin Gsponer