

Ein Tag mit den 5 Rhythmen

Alles ist in ständiger Veränderung und wandelt sich. Die Natur, unsere Beziehungen, wir selbst. Die 5 Rhythmen (Fließen, Staccato, Chaos, Lyrisch, Stille) verstehe ich als eine Beschreibung der verschiedenen Dynamiken, die wir natürlicherweise in unserem Leben immer wieder durchlaufen. Sie sind die Basis von Gabrielle Roths Arbeit und sind ein Weg zur Heilung von Körper, Herz und Verstand.

In diesem Seminar können wir lernen, unseren Körper von dem bewegen zu lassen, was uns im Inneren bewegt. Wir können unseren eigenen Ausdruck entdecken, in jedem Augenblick neu und nicht wiederholbar, frei von Bewertung und Analysieren. Dies weitet unseren Körper ebenso wie unsere Vorstellungskraft. Die 5 Rhythmen sind für mich eine unendliche Entdeckungsreise, in der ich verschiedene und manchmal unbewusste Aspekte von mir entdecke. Eine Reise, die mich zurückführt zu meinen Impulsen und meiner Intuition. Es ist eine Arbeit, die unsere alten Muster in Bewegung bringen und lösen kann und die Freude und Lebenskraft weckt. Eine Arbeit, zu der ich immer wieder zurückkehre, um mich auszugleichen und aufzutanken.

Egal, ob Du schon immer getanzt hast oder die Idee für Dich ganz neu ist, ob Du Dich fit fühlst oder müde, Du bist herzlich willkommen, diese Arbeit an diesem Tag kennen zu lernen oder zu vertiefen. Bei evtl. körperlichen Bedenken oder Einschränkungen bitte ich um Rücksprache mit mir.

Der Kurs ist auf max. 14 Teilnehmer/innen begrenzt.

Was Du brauchst: Bequeme Kleidung (evtl. etwas zum Wechseln), Wasser, ein leichtes Mittagessen, evtl. Tanzschuhe (oder barfuss), Papier und Malstifte/Farben., eine Decke.

Wann: Samstag, den 26. Mai 2012 / 27. Okt. 2012, von 10.00 - ca. 16.30 Uhr.
Bitte kommt etwas früher zum Umziehen etc.

Wo: Musiclab Emmendingen, Schützenstr. 5, 79312 Emmendingen

Kosten: 65 €, Ermäßigung für allein erziehende Mütter, Arbeitslose, Studenten 50 €

Anmeldung mit beiliegendem Formular per Post an:

Julia Siska-Dressler
Herrenhof 1
79350 Sexau

Bei Fragen Tel.: 07641 9368233

Anmeldung - Welle der 5 Rhythmen

O 26. Mai 2012

O 27. Oktober 2012

Name:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon:

Bezahlung:

Per Überweisung auf das Konto Ktn 6662307 BLZ 680 621 05 Raiffeisenbank Denzlingen-Sexau oder per Verrechnungsscheck in Höhe der Seminargebühren.

Mit Eingang der vollständigen Anmeldung ist ein Seminarplatz gesichert.

Bei Abmeldung bis zum 19. Mai / 20. Oktober. wird die bezahlte Seminargebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 10 € erstattet. Danach erfolgt keine Erstattung, es kann aber ein/e Ersatzteilnehmer/in genannt werden.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung und Haftung innerhalb und außerhalb des Seminars.

Durch meine Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an.

Datum/ Unterschrift