

RÜCKWÄRTS

... das neue Vorwärts?

5 RHYTHMS & ITA DANCE WORKSHOP
Maja Mühlbauer | www.Tanz-als-Weg.de



München
08.-10. Dez. 17



RÜCKWÄRTS ...

5 RHYTHMS & ITA DANCE WORKSHOP
Maja Mühlbauer www.Tanz-als-Weg.de



München
08.-10. Dez. 17

Ist ein Rückwärts das neue Vorwärts oder gibt es ein ganz neues Vorwärts im Wandel? Viele von uns sind bewegt, manchmal auch ratlos.

Die Bewegung mit und ohne Richtung, mit und ohne Absicht, allein und All-Eins in Verbindung, mal wegschauend - mal hinschauend, mal spürend - mal stumpf, mal forsch - mal tastend; führt uns zart oder wild zu unserem roten Faden. Im Austausch und im Tanz inspirieren wir uns gegenseitig, weben gemeinsam einen Teppich, einen neuen Boden.

Wir lassen uns durch alle Rhythmen hin zu Stillness mit den Qualitäten von Langsamkeit, Innehalten, Atem, Mitgefühl, Gelassenheit, Spiritualität, Ather & Leere, Ruhe und ihren Polaritäten führen. Dazu tanzen wir ohne und mit Stillness, ohne und mit Musik durch Flowing, Staccato, Chaos und Lyrical ganz in die Stille Bewegung hinein.

Und irgendwann gab es keinen Unterschied mehr ... !



Wir befreien den Körper und öffnen unsere Sinne & Gefühlswelten durch die Wellen (Tanz von mehreren Waves, durch die 5Rhythmen in den Energiefeldern von Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness). Elemente u.a. aus der Arbeit mit Emotionen, Trauma, ITA (Integraler Tanzausdruck) ergänzen die Prozesse. Der Workshop hat je nach Gruppe, Intuition und Zeitqualität unterschiedliche Schwerpunkte.

Zeiten:

Sa. 11-18 & So. 10-17 Uhr inkl. Pausen |
offener Vorabend Fr. 19:30-21:30

Kosten:

Inkl. Abd. bei voller Überweisung zum Frühbucher Euro 170,
sonst Euro 195 | nur Abend Euro 20 | Helferplatz mögl.

Frühbuchertermin:

~~28.11.2017~~ | Wir freuen uns über eine frühe Anmeldung.

Mitbringen:

Etwas für das Mittagsbuffet (Sharing) | Schreibzeug |
Wasserflasche | evtl. Decke, Kissen | Kleidung in Schichten

Voraussetz., Beding.:

Fähigkeit zur Selbstregulation | siehe Web-Impressum

Maja ist zertifizierte 5-Rhythmen-Lehrerin nach und mit Gabrielle Roth und ihrem Sohn Jonathan Horan (USA) mit verschiedenen Spezialisierungen (Emotionen, Trauma); Diplom-Informatikerin (FH), Heilpraktikerin für Psychotherapie (nach d. dt. HPG) sowie Integrale Tanz- und Ausdruckstherapeutin (CITA München). Ihre Arbeit bietet sie als Tanztherapeutin (HP Psy) mit viel Liebe und Tiefgang an. Sie lebt mit ihrem Mann naturverbunden zwischen München und Salzburg sowie in der Rhön. Die Mitte, Lebenslust und das Mitgefühl zu stärken, Lachen sowie Frieden und Spiritualität in den Alltag zu integrieren, sind ihr ein großes Anliegen.

Wir freuen uns auf Dich!

Anmeldung:

Maja Muehlbauer | Maja@Tanz-als-Weg.de
T: +49(0)89 - 92631899 | M: +49(0)173 - 2890241
www.dance-as-path.com



WEB
LINK