

# Urlaubs-Tanz-Retreat

5 Rhythmen® + ITA®

MAJA MÜHLBAUER | [www.Tanz-als-Weg.de](http://www.Tanz-als-Weg.de)

Rhön

27.07.-02.08.18

Schwarzerden  
Gersfeld



## Urlaubs-Tanz-Retreat

5 Rhythmen® + ITA®

[www.Tanz-als-Weg.de](http://www.Tanz-als-Weg.de)

RHÖN

27.07.-02.08.18

Schwarzerden  
Gersfeld

### Tanze - Meditiere - Wachse

Wir werden in dieser Entspannungswoche viel mit den 5Rhythmen® (eine freie Tanz- & Bewegungsmeditation) und ITA® (Integrale Tanz- und Ausdruckstherapie) tanzen. Zeit für Meditation, bewegte und bewegende Aufstellungen, Kreativität und mehr - je nach Wetter auch draußen, an Kraftplätzen und natürlich in den schönen Seminarräumen von Schwarzerden ... Komplett aus dem Alltag auszusteigen hilft uns in die Tiefe unser Selbst zu gelangen.

Der Tanz schenkt uns die Leichtigkeit mit persönlichen Themen und Prozessen spielerisch die nächsten Schritte zu gehen, neue Perspektiven zu sehen und intuitiver zu werden. Zeit für Stille, in der Natur, Entspannung, Freude und Auftanken - allein und in der Gruppe - werden uns dabei gegenseitig sehr unterstützen und mit Musik aus aller Welt und verschiedensten Richtungen reisen.



Wir öffnen unsere Sinne und bewegen Emotionen und Gefühlswelten im integralen Tanzausdruck, in Meditation und durch die Wellen (der Tanz durch die 5Rhythmen in den Energiefeldern von Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness). Wir stärken unsere Ressourcen und tanzen voller Mitgefühl zur Gesundung von Traumatisierungen und kommunizieren mit Seelenqualitäten um uns zu entwickeln und zu wachsen. Du wirst auch Zeit haben Deinen eigenen Prozess zu gestalten als Einzelsession oder mit Unterstützung der Gruppe.

### Zeiten:

Beginn Fr. Abend (off. Abend) | Ende Do. Mittag

### Kosten:

Frühbuchertermiin bei voller Überweisung bis 30.06.18 nach eigenen Möglichkeiten Euro 360-480; danach Normalpreis n. eig. Mögl. Euro 480-600; insgesamt ca. 36h | 2 Helferplätze mögl.

### Weitere Details:

Sende Ich gerne per Email | keine Voraussetzungen

Übernachtung und Verpflegung sind gesondert zu buchen:

[www.schwarzerden.de](http://www.schwarzerden.de) | 0 66 54 / 92 84 4-0 | [info@schwarzerden.de](mailto:info@schwarzerden.de)

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

### Anmeldung:

[Maja@Tanz-als-Weg.de](mailto:Maja@Tanz-als-Weg.de)

+49 89 . 92 63 18 99 | mob.+49 173 . 289 02 41

[www.dance-as-path.com](http://www.dance-as-path.com)

Wir freuen uns auf dich!



WEB  
LINK