

Frühlingserwachen

ein Liebestanz mit dir und dem Leben

28.4.–30.4.2023

CH - Seminarzentrum Schloß Glarisegg

mit Open Wave/Live Musik

 WAVES Tanzwochenende
5 Rhythmen® nach Gabrielle Roth mit Eva Sieber



Frühlingserwachen

WAVES Tanzwochenende · 5 Rhythmen nach Gabrielle Roth · CH - Schloss Glarisegg

Tanz Deine Lebendigkeit!

Leitung:

Eva Sieber

geb. in Konstanz, Pädagogin, Fortbildung
in Tanztherapie und Psychomotorik,
seit 2005 von Gabrielle Roth autorisierte
Lehrerin der 5Rhythmen®

Info und Anmeldung:

Telefon: +49(0)176 26 03 4967

email: eva.sieber@gmx.net

Ort: Seminarhaus Schloss Glarisegg
CH - 8266 Steckborn

Seminargebühr:

early bird bis 15.2. CHF 280.-, danach CHF 300.-
zzgl. Unterkunft/Verpflegung, bitte direkt
buchen bei www.schloss-glarisegg.ch

Zeiten: Fr., 28.4.2023, 18:30 Uhr
bis So., 30.4.2023, ca. 14 Uhr

Ein spielerisch sinnlicher Workshop zum Thema Selbstliebe und Kontakt im Tanz wie im Leben. Die Landkarte der 5 Rhythmen und der Tanz der Waves hilft uns bei der tänzerischen Erforschung einiger Fragen wie:

Wie kann ich mich mit dem eigenen Herzen und meiner inneren Quelle von Liebe verbinden?

Wie entsteht daraus mein ganz eigener authentischer Tanz?

Wie bringe ich diesen Tanz in Kontakt mit einem/mehreren Partnern, ohne mich dabei zu verlieren?

Kann ich Verbindung mit der ganzen Gruppe, dem ganzen Raum zulassen und vielleicht sogar ein Gefühl von Einheit und Verbundenheit mit Allem erlauben und erfahren?

Selbstliebe: in vielen spirituellen Traditionen und Weisheitsschulen gilt sie als Schlüssel für Erkenntnis und Erfüllung im Leben, ja als Grundvoraussetzung für die Liebe selbst. Aber oft ist die praktische Umsetzung gar nicht so einfach. Können wir wirklich unserem Spiegelbild in die Augen schauen und sagen: „Ich liebe dich!“, können wir auch unseren Schatten annehmen und die oft unterschwellige permanente Selbstverurteilung aufgeben? Indem wir uns nach Innen wenden, auf die Wahrnehmung der Körperempfindungen konzentrieren und aus Ihnen unseren eigenen Tanz entstehen lassen, haben wir die Möglichkeit, spielerisch Liebe und Akzeptanz für uns selbst und andere auszuprobieren. Wir finden Zugang zu Kraft, Klarheit, Präsenz, aber auch zu Mitgefühl mit uns selbst und anderen und zur Quelle der Liebe selbst.

Mit Open Wave und Live Musik – Let's create a field of love!