

Tanz im Rhythmus des Atems den Gezeiten des Meeres

Ritueller Tanz im Kreis: Wir tanzen mit einer inneren Achtsamkeit, bis wir die Erde unter den Füßen spüren.

Durch das Freiwerden des Atems entsteht Ruhe, Entspannung und Zentrierung. Durch das Wiederholen der Tänze, und dem kreativer Ausdruck der inneren Bilder (Improvisation und Ausdruckstanz) entwickelt sich eine tiefe Wahrnehmung für die persönlichen Quellen der Kraft. (Ressourcen)

Ritueller Tanz und die Atem-/ Körpertherapie sind in einem spielerischen Wechsel miteinander verbunden und führen uns in eine heilende kraftvolle Zentrierung.

Methodische Ansätze wie: Übungen aus der Atem- / Körperarbeit und Tanztherapie vertiefen unsere Tanzerfahrung und die Wahrnehmung für uns selbst.

Die Seminarzeit wird ca. 4,5 Stunden am Tag sein: am Morgen und am späten Nachmittag. Dazwischen ist viel freie Zeit für die wunderbare Landschaft und das Meer – Zeit, den Alltag loszulassen!

Wer mag, beginnt den Tag mit Bewegungsmeditation und Sitzen in Stille.

Mittwoch ist ein freier Tag – geeignet für einen Ausflug in die Umgebung und um einfach nur da zu sein.

Ort: Korfu / Arillas

Zeit: Samstag, 7.05. / Samstag, 14.05.2016
An - und Abreisetage

Seminargebühr: 510.-€

Seminarleitung: Dorothea Leygraf
www.atem-koerpertherapie.com

Atem / Körperpsychotherapeutin DGK / EABP
Heilpraktikerin / Psychotherapie
Tanz- / Ausbildungstherapeutin beim DITAT
Supervision / Systemisches Coaching
Seit 25 Jahren eigene Praxistätigkeit

Verbindliche Anmeldung für den Kurs:

**„Tanzend bin ich unterwegs mit mir .. „
vom : 7.05. - 14.05.2016**

Name :

PLZ/Ort :

Telefon :

Unterschrift :

Bitte 2 x anmelden !

1. Anmeldeformular mit meinem Namen vom TIT

2. Bei mir für den Kurs.

Die Kursgebühr wird bei mir bezahlt.

Bitte zum Kurs mitbringen!

Rücktrittsbedingungen: für die Kursgebühr:
bis 4 Wochen vorher 50 % bis 1 Woche vorher die gesamte
Kursgebühr.

Dorothea Leygraf, Flandrische Str. 4 52076 Aachen
Tel./Fax : 0241 – 1682236 / 5

Tanzend bin ich

unterwegs mit mir

**Ritueller Tanz – Atemtherapie
Körper - und Tanztherapie**

Korfu, im Mai 2016