

„Bewege, was Dich bewegt“

Körperwahrnehmung im Freien Tanz für Frauen und Männer

Beginn/Termin

Dienstag, 06.12.2011
von 19.00 bis 21.00 Uhr
3 Abende (6.12., 13.12., 20.12.)

Kosten: 50, -- €

Kontakt-Telefonnummer

Christine Honikel
0951/2090669

***Anmeldung bis spätestens
25.11.2011***

Bankverbindung

Christine Honikel
Sparkasse Bamberg
BLZ: 77050000
Konto-Nr.: 300229853

Zielgruppe

Frauen und Männer aller Altersstufen, die sich mit ihrem inneren Körperbild und ihrem äußeren Erleben als Frau/Mann auf spielerische Art in Bewegung und Tanz auseinandersetzen möchten. Es sind keine Tanzkenntnisse erforderlich!

Inhalt

Das Bild, das wir von uns und unserem eigenen Körper als Mann oder Frau haben, entspricht nicht immer dem, was wir wirklich sind oder sein könnten. Über die bewußte Auseinandersetzung mit dem inneren Körperbild durch Bewegung und Tanz und dem Erleben mit dem Gegenüber, schaffen wir (wieder) die Verbindung zu unserem ureigensten Potential. So finden wir die Möglichkeit, dieses Potential auszuschöpfen und sichtbar für uns und andere in unser Leben zu integrieren.

Methoden:

- Tanztherapeutische Übungen
- Authentic movement
- Freies Tanzen
- Kontaktimprovisation
- Geführte Meditation
- Malen

Workshopleitung:

***Christine Honikel, geb. 1972
Kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin i.A.***