



Freude an Bewegung im Tanz - eine Heimat im Körper finden

Tanz ist...

*Tanz ist nicht nur Eleganz und Schönheit der Bewegung,
Tanz ist auch Trauer,
Tanz ist auch Schmerz, Tanz ist auch Leid,
Tanz ist auch durchtanzen durch das Trauma,
Tanz ist Körperbewusstsein,
Tanz ist Lust,
Tanz ist Bewegung und Bewegung ist Leben.*

G.F.

Ein Tanzangebot an alle Frauen, welche die HEILENDEN KRÄFTE IM TANZ® kennen lernen wollen, ihren Körper in der Bewegung, im Tanz neu erfahren möchten um dem großen Fluss des Lebens zu folgen.

Wir werden uns in der Gruppe dem freien Bewegungsimpuls hingeben und ganz innen bei uns sein, um aus der Quelle unserer Lebensenergie einen Tanz von innen nach außen entstehen lassen.

Kippen, Wiegen, Kreisen als ursprünglichen lebendigen Ausdruck des Beckens, des Körpers wiederentdecken und in den eigenen Tanz integrieren. Hier geht es nicht um das mühsame Erlernen neuer Methoden, sondern um das bereits in jeder von uns tief verankerte ursprüngliche Bewegungs- und Körperbewusstsein.

Die Tanzform der HKiT® gibt uns die Möglichkeit, Bewegungsmuster zu erforschen, den eigenen Körper kennenzulernen und vor allem: den Wegen des Körpers liebevoll zu folgen und Vertrauen in uns selbst zu entwickeln. Über die Nähe zu sich selbst entsteht Nähe zu den anderen, aufgehoben und getragen sein in der Gruppe, in der Kraft der Gemeinschaft. Auf dieser Basis kann Vertrauen wachsen und wir bekommen ein wichtiges Handwerkzeug für den Alltag, für unseren persönlichen Wachstumsprozess.

Lust an Bewegung öffnet uns Tore für mächtige Tanzarchetypen, die mit ihrem heilsamen Potential Blockaden und alte Muster auflösen können. Der Tanz mit allen Körperteilen, von Kopf bis Fuß, führt uns in einen großen Bewegungsreichtum und stellt tiefe Heilungsebenen zur Verfügung.

Wir lernen, was es heißt, im Tanzen zu wachsen und den alltäglichen Lebenssituationen in Zeiten besonderer Herausforderung sowohl im persönlichen als auch im beruflichen tänzerisch zu begegnen.

Seien Sie neugierig auf die spannenden, neuen Erfahrungen auf Ihrem Weg von der Lust am Tanzen.

Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.

1. Halbjahr 2012 Kursdauer: (4x) 07.02.2012 - 28.02.2012

Kursort: Familienbildungsstätte Blankenese Sülldorfer Kirchenweg 1B
Kurszeiten: Dienstags 19.00 -21.00 Uhr 19.00 -21.00 Uhr
4Termine: 07.02.12 14.02.12 21.02.12 28.02.12

2. Halbjahr 2012 Kursdauer: (4X) 07.08.2012- 28.08.2012

Kursort: Familienbildungsstätte Blankenese Sülldorfer Kirchenweg 1B
Kurszeiten: Dienstags 19.00 -21.00 Uhr 19.00 -21.00 Uhr
4Termine: 07.08.12 14.08.12 21.08.12 28.08.12

Anmeldung unter:

Evangelische Familien-Bildungsstätte Blankenese
Sülldorfer Kirchenweg 1b, 22587 Hamburg
Tel.: 040/ 9 70 79 46 10
Fax: 040/ 9 70 79 46 19
E-Mail: info@fbs-blankenese.de
www.fbs-blankenese.de

Wegbeschreibung

Sie erreichen die EVANGELISCHE FAMILIEN-BILDUNGSSTÄTTE mit der S-Bahn (S1 + S11) bis "Blankenese" und den Bussen: 1, 22, 36, 49, 189, 286 bis "Blankeneser Bahnhof" - von dort sind es wenige Minuten Fußweg bis zur Ecke Sülldorfer Kirchenweg / Blankeneser Landstraße.