

Gabrielle Roth's 5RHYTHMS®
meet Anna Halprins TAMALPA LIFE/ARTPROCESS®



„Vertrauen trauen“

Ein WORKSHOP mit Katrin Stelter und Laila Wodtke Nissen
in Freiburg vom 27.-28. April 2024

*„Vertrauen ist eine Oase des Herzens,
die von der Karawane des Denkens nie erreicht wird“*
~Khalil Gibran

In diesem Workshop laden wir die kraftvolle Verbindung mit dem eigenen Körperzentrum ein und das Lauschen in den Herzraum.

Im Vertrauen in das sichere Da-Sein darf sich die eigene Vielfalt ausdrücken (auf allen Ebenen: physisch emotional und mental) und sich in wahrhaftiger Begegnung zeigen.

Die Intention ist, ein bewusstes Verständnis für den Körper zu entwickeln und Antworten zu finden:
*Tanze ich im Vertrauen mit der Erde? Kann ich mich fallen lassen? Höre ich auf mein Bauchgefühl?
Darf ich mich in die Welt strecken mit Zuversicht und Zutrauen?*

Wir werden mit verschiedenen Qualitäten im Tanz der 5Rhythmen spielen, Farben leuchten lassen und Worte beim Schreiben direkt aus unserem Herzen fließen lassen. In der Begegnung und im Austausch mit anderen können sich neue Handlungsmöglichkeiten zeigen.

Kraftvoll und tief neues Vertrauen tanzen aus dem Tanzraum heraus in den Sommer!

Vorkenntnisse nicht erforderlich, Unterrichtssprache: deutsch, Höchstteilnehmer*innenzahl: 18
Der Kurs ist sowohl zum Kennenlernen (als Einführungsangebot für die Tamalpa Basisausbildung, www.tamalpa-germany.de) als auch zur Vertiefung geeignet.

Datum: 27.-28. April: SA: 10:30 - 18:00 Uhr (incl Vortrag 17:15 - 18:00), SO 10:00 - 16:00 Uhr

Kursort: KIB, Adlerstr. 12, 79098 Freiburg (bei Übernachtungssuche können wir helfen)

Kurskosten: Regulär 210,-€ /Gönner*innenpreis: 240,-€ /ermäßigter Preis: 180,-

Info und Anmeldung: kontakt@katrinstelter.de, KatrinStelter.de und lailanissen.dk

Kursleitung: Katrin Stelter: Co-Leitung Tamalpa Germany, Tamalpa Practitioner, Logopädin
Laila Wodtke Nissen: 5Rhythms Lehrerin (2007- 08), Psychotherapeutin MDP, Physiotherapeutin

