



## Online Kurs: Programm Nov/Dez 2021

# Tamalpa Germany Tanzen im Online Kurs

mit Tamalpa Germany LehrerInnen  
Tamalpa Life/Art Process® zum  
Kennenlernen und Vertiefen.

Eine Stunde "Bewegungsbewusstsein & Tanz"  
Keine Vorerfahrungen nötig.

Aktuelle Links zum Onlinestream auf  
[www.tamalpa-germany.de](http://www.tamalpa-germany.de)

**Immer Montagabend 20.00–21.15 Uhr**

### Liebe Online Kurs - BesucherInnen,

Wir freuen uns, Ihnen unser neues Online Kurs-Programm vorzustellen. Im weiteren Verlauf verwenden wir, wie auch im Kurs selbst, dass «Du» als Anrede und hoffen, Sie sind damit einverstanden.

### Allgemeine Online Kurs - Kurzbeschreibung

Der „live“ Online Kurs ermöglicht einen Einblick in den Tamalpa Life/Art Process®, sei es als Vertiefung oder zum Kennenlernen dieser Methode. Unser vielseitiges Team aus „Tamalpa Practitioner“ und „Tamalpa Teacher Training Graduate“ bietet ein variantenreiches Programm, das alle zwei Monate neu zusammengestellt wird. Unterschiedliche Themenschwerpunkte, Intentionen oder Lebensfragen werden durch Tanz, Bewegung, Malen und kreatives Schreiben exploriert. Dadurch eröffnen sich Zugänge zu einem tieferen Körperverständnis und Körperwissen, sowie neue Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten in dieser Welt.

### Anmeldung und Kosten

Den Link zum Online Kurs findest Du im Tamalpa Germany Veranstaltungskalender am jeweiligen Tag (immer montags 20:00 Uhr) <https://www.tamalpa-germany.de/kalender-uebersicht>

Über den Link im Kalender kannst Du Dich registrieren, per PayPal bezahlen und Dich anschließend für den Online Kurs einloggen.

Pro Kurs wird eine Gebühr von 12,- Euro erhoben.

Ermäßigungen können auf Anfrage erteilt werden, bitte kontaktiere hierfür Aurelia Botsch bis min.2 Tage vor dem gewünschten Kurs: [webinar@tamalpa-germany.de](mailto:webinar@tamalpa-germany.de)

# Tamalpa Germany

Leben ist Tanz



Um eventuell auftretende technische Probleme abfangen zu können, gerne mit Vorlaufzeit (optimalerweise min. 1 Tag vorher!) registrieren und bezahlen. Sollten dennoch technische Probleme bei bereits bezahltem Zugang zum Online Kurs auftreten, kontaktiere bitte Aurelia Botsch : [webinar@tamalpa-germany.de](mailto:webinar@tamalpa-germany.de) und/oder direkt den jeweiligen KursleiterIn (Kontaktadresse s.jeweiliger Kurs-Termin!)

Gebuchte Termine können bei Nicht-Inanspruchnahme nicht rückerstattet werden (für eine funktionierende Internetverbindung ist die TeilnehmerIn selbst verantwortlich).

## Vorbereitung

Bitte bereite einen Raum mit möglichst viel Bewegungsfreiheit vor, gerne mit Yogamatte oder Decke griffbereit, ebenso Papier und Farben zum Malen und einem onlinefähigen Gerät. Um eine bessere Tonqualität zu erhalten, empfiehlt es sich, einen Lautsprecher anzuschließen.

Bitte spätestens 15 Min. vorher über den Link im Kalender anmelden (s.o), um über den Warteraum eingelassen zu werden.

Bitte die Frage „mit Audio beitreten“ bestätigen. Gerne anfangs mit eingeschaltetem Video dabei sein. Von der ModeratorIn sind zunächst alle „stumm“ geschaltet, so dass es zu keinen Störgeräuschen kommt.

## Kreative Inspirationen und Veranstaltungs-Erinnerungen

- wöchentlich über Tamalpa-Germany [Instagram](#) und [Facebook](#) (folge uns und teile die Links)
- quartalsweise über den [Tamalpa Germany Newsletter](#) mit Informationen über Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten bei Tamalpa Germany und Wissenswertem aus dem Feld der Expressive Arts Therapy.

Und nun viel Vergnügen beim Online Kurs!

Herzlich grüßt,

**das Tamalpa Germany Team**



## November 2021

01.11.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

### „Wurzeln finden“ mit Tilly Mischlich

Dieser Zeitpunkt im Jahreslauf bietet sich an, innezuhalten und sich der Menschen zu besinnen, die vor uns da waren. Wir beschäftigen uns tanzend mit unseren Wurzeln und können wohlwollende Ahninnen und Ahnen einladen, uns zu unterstützen und den Rücken zu stärken. Was möchte mein Körper jetzt zum Ausdruck bringen? Welche inneren Bilder entstehen dabei und kommen in Bewegung? Was möchte ich weitergeben, weiter wachsen lassen. Was brauche ich nicht mehr und will ich loslassen?

Der Onlinekurs am 20.12. (*Das Licht kehrt zurück*) ist als eine Fortsetzung dieses Prozesses gedacht. Beide Termine passen gut zueinander, machen aber auch einzeln Sinn.

Zur Person: Tilly ist „Tamalpa Teacher Training Graduate“, Kunsttherapeutin, Ethnologin, Kulturanthropologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie liebt es, in der Natur unterwegs zu sein, in Verbindung mit allem Leben, diese Liebe weiterzugeben und Räume zu schaffen für Kreativität als Quelle von Entfaltung und Herzensverbundenheit.

Kontakt: [tanztilly@gmx.de](mailto:tanztilly@gmx.de)

08.11.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr –

### „Bauch.Gefühl.Bauchgefühl - Zugang zur emotionalen Intelligenz?!“ mit Oliver Pilscheur

Themenschwerpunkt ist diesmal der Körperbereich Bauch in all seinen Varianten.

- Was sagt Euch Euer Bauchgefühl?
- Gibt es etwas zu verdauen?
- oder ist Euch etwas auf den Magen geschlagen?

Von Wissenschaftlern auch als zweites Gehirn bezeichnet, wollen wir uns diesem besonderen und oft vernachlässigten Körperbereich widmen.

Zur Person: Oliver ist "Tamalpa Teacher Training Graduate" und hat mehr als acht Jahre Tamalpa Erfahrung. Er ist Businesscoach, Zenlehrer und HAKOMI Körperpsychotherapeut. Er liebt die Arbeit in der Natur und bringt mit seinen Projekten Tamalpa und Menschen in ihrer Arbeitsumgebung in Kontakt. Sein Motto: „Leben ist Tanz“

Kontakt: [answers@tamalpa.info](mailto:answers@tamalpa.info)

15.11.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

### „Lose it!“ mit Lena Mischke

Den Kopf verlieren um zur Besinnung zu kommen.

Denke nie, gedacht zu haben, denn das Denken der Gedanken ist gedankenloses Denken. Denn wenn du denkst, du denkst, dann denkst du nur du denkst, aber denken tust du nie!

Wie wäre es einfach mal auszurasen und den Kopf „zu verlieren“?

Lass es uns probieren und am Ende, fern von mentalen Konstrukten, überrascht über das was noch alles möglich ist, über das was wir noch alles sind, gemeinsam...

- lachen
- schweigen
- quasseln
- staunen
- .....

## Tamalpa Germany

Leben ist Tanz



(bitte zutreffendes ankreuzen, Mehrfachauswahl möglich)

Zur Person: Lena ist „Tamalpa Practitioner“, hauptberufliche Naturwissenschaftlerin, systemischer Coach, HP Psychotherapie und Soft Skill Trainerin im Businesskontext. Schwerpunkt in ihrer selbständigen Tätigkeit ist das Sichtbarmachen von und Arbeiten mit inneren Wandlungs- und Veränderungs-Prozessen.

Kontakt: [mail@lena-maren.de](mailto:mail@lena-maren.de), [www.lena-maren.de](http://www.lena-maren.de)

22.11.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

### „Butoh Dance into Tamalpa Life/Art Process®“ mit Aurelia Botsch

Im Herbst, wo die Dunkelheit unseres Jahreskreises wieder beginnt, lädt uns der Butoh – aus dem Japanischen, auch „Tanz der Finsternis“ genannt – ein, uns darin schlummernde Schätze zu offenbaren.

Die kreativen Tools des Tamalpa Life/Art Process® werden uns darin unterstützen, verschiedene Aspekte des ButohTanz, sowie seinen Bezügen zu unseren persönlichen Geschichten zu erforschen. Themen dazu könnten an diesem Abend sein, Hingabe, Langsamkeit, Werden und Vergehen.

Zu diesem „Schnupperkurs“ lade ich dich ein, eine Blume mitzubringen. Sie mag uns mögliche Sinnbilder schenken, mit denen wir kreativ, tänzerisch, werdend und vergehend arbeiten wollen.

Zur Person: Aurelia ist „Tamalpa Teacher Training Graduate“, Musikerin, Tänzerin, Reisende und Waldorfpädagogin. Schwerpunkte ihrer Tätigkeiten sind Geigen-Individualunterricht, PerformanceArt, NaturTanz, sowie Seminarangebote und Communitywork mit dem Tamalpa Life/Art Process®. Butoh zu tanzen begleitet sie seit über 12 Jahren, und war und ist fortwährend ihr heilsamer Wegweiser, zurück zu japanischen Wurzeln zu finden.

Kontakt: [info@art-aurelia.de](mailto:info@art-aurelia.de)

29.11.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

### „ZyklusWissen – FrauenKraft“ mit Katrin Kohlbecher

Das volle Spektrum Deiner Weiblichkeit verkörpern - auf der Spur der weisen Ältesten.

Lausche Deinem weiblichen Körper. Ich gebe Dir Impulse, um ins Zentrum Deiner Schöpfungskraft zu sinken. Von dort aus explodieren wir die Frage: Was kann zur Ruhe kommen? Was braucht Rückzug? Über Bewegung, Malen und verbalen Austausch verbinden wir uns mit der weiblichen Zyklus kraft und dem Archetyp der Weisen Ältesten.

Zur Person: Katrin ist Diplom-Pädagogin, „Tamalpa Teacher Training Graduate“ und Qualifizierte Movement Medicine Lehrerin. Über Bewegung und kreativen Ausdruck unterstützt sie Menschen, ihren Wesenskern zu finden und ihre Schöpfungskraft zu leben. Einzelsitzungen EMBODIED COACHING, live oder per Zoom. Tel.: 0163-3152714 oder [Katrin.Kohlbecher@gmx.de](mailto:Katrin.Kohlbecher@gmx.de)

Kontakt: [Katrin.Kohlbecher@gmx.de](mailto:Katrin.Kohlbecher@gmx.de), <https://www.facebook.com/katrin.kohlbecher>

## Dezember 2021

06.12.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

### „WutKraft - lass es brennen in Dir“ mit Katrin Kohlbecher

Deine Grenzen stärken & Nein sagen lernen - wofür Dir Deine WutKraft dient.

Wir nutzen Bewegung und Stimm-Übungen, um unsere körperlichen und energetischen Grenzen wahrzunehmen und zu stärken und unseren Raum klarer einzunehmen. Mit dem

## Tamalpa Germany

Leben ist Tanz



Tamalpa-Life/Art Prozess explorieren wir verkörpert und kreativ, wozu wir jetzt NEIN sagen und wie genau das unser JA zu uns selbst nährt.

Zur Person: Katrin ist Diplom-Pädagogin, „Tamalpa Teacher Training Graduate“ und Qualifizierte Movement Medicine Lehrerin. Über Bewegung und kreativen Ausdruck unterstützt sie Menschen, ihren Wesenskern zu finden und ihre Schöpfungskraft zu leben. Einzelsitzungen EMBODIED COACHING, live oder per Zoom. Tel.: 0163-3152714 oder [Katrin.Kohlbecher@gmx.de](mailto:Katrin.Kohlbecher@gmx.de)  
Kontakt: [Katrin.Kohlbecher@gmx.de](mailto:Katrin.Kohlbecher@gmx.de), <https://www.facebook.com/katrin.kohlbecher>

13.12.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

„Die Kraft des Winters“ mit Ursula Anna Schaller

Der Kraft des Winters begegnen, in sich selbst, darin verweilen, empfangen und seine Seele nähren.

„Der Winter -

Es ruht in mir

ich tauche ein in meine Stille

in meine Kraft

in mir

Der Winter schenkt mir

zu gehen tief in mich hinein

zu sehen tief in mir drin

wer ich bin und was ich will

verweilen, empfangen und nähren

die Stille in mir drin

Der Winter sei Dank“ - *Ursula Anna Schaller*

Zur Person: Ursula Anna Schaller, „Tamalpa Teacher Training Graduate“ schaut in die Tiefe des Seins und öffnet einen Raum, in dem du dir ehrlich und liebevoll begegnen darfst. Sie unterstützt und begleitet Menschen in ihr Ur-Sy und der Entfaltung ihrer Potentialen auf Erden.

Kontakt: [ursula.anna@ur-sy.ch](mailto:ursula.anna@ur-sy.ch), [www.ur-sy.ch](http://www.ur-sy.ch)

20.12.21 – Montagabend – 20:00-21:15 Uhr

„Das Licht kehrt zurück“ mit Tilly Mischlich

Die längste Nacht des Jahres ist gekommen und damit die Geburt der wiederkehrenden Sonne.

Wir kosten die Geborgenheit des Dunkels aus, erspüren die Gemütlichkeit der Höhle und des in-uns-Ruhens, des einfach Seins, ehe wir das Licht willkommen heißen. Im Tanz entdecken wir: Was will bei mir ans Licht, was will geboren werden?

Dieser Onlinekurs ist als eine Fortsetzung des Kurses am 01.11. (*Wurzeln finden*) gedacht. Beide Termine passen gut zueinander, machen aber auch einzeln Sinn.

Zur Person: Tilly ist „Tamalpa Teacher Training Graduate“, Kunsttherapeutin, Ethnologin, Kulturanthropologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie liebt es, in der Natur unterwegs zu sein, in Verbindung mit allem Leben, diese Liebe weiterzugeben und Räume zu schaffen für Kreativität als Quelle von Entfaltung und Herzensverbundenheit.

Kontakt: [tanztilly@gmx.de](mailto:tanztilly@gmx.de)

### **Welcome Weihnachtspause!**

Wir wünschen Dir und Deinen Lieben eine licht- und friedvolle, nahrhafte Weihnachtszeit, und freuen uns Dich im neuen Jahr wieder willkommen zu heißen!

**Weiter mit den wöchentlichen Tamalpa Online Kursen geht es am Montag, den 10.01.2022!**