

KINÄSTHETIK + TANZ

Wie ein Blatt im Wind...

*Erfahren,
was uns in Bewegung bringt*

durch Bewegung, Tanz, Körpererfahrung

Sa, 29.09.2018
10.00 bis 16.00 Uhr



Die Schönheit und Harmonie des organischen
Bewegungsflusses entsteht aus einem
Zusammenspiel von

führen und folgen,
Impuls und Reaktion
Zug und Druck

Wir können diese Bewegungsvorgänge im eigenen
Körper aufspüren, wenn wir achtsam und in Ruhe
kleine Bewegungen ausführen.
Dies weckt und differenziert unser Körper- und
Bewegungsbewusstsein (Kinästhetik) und löst
wohltuende Entspannung aus.

Wir können diese Bewegungsvorgänge auch
tänzerisch erkunden - in Interaktion miteinander,
aktiv, passiv oder angeregt durch Imagination.
Wir können dabei erfahren, wie Einzelnes im
Zusammenhang eines Ganzen wirkt, sich gegenseitig
beeinflusst, entwickelt und formt.

Wir können diese Vorgänge auch in der Natur
erkennen: in der Landschaftsformung, in Wasser-
und Luftströmungen ..., oder wie bei einem

Blatt im Wind...

Willkommen zu einem Tag voll Bewegung!
(Der Kurs ist für jedermann/-frau geeignet!)

Leitung: Gerlinde Lambeck

Ort: Movimiento
Raum für Bewegung und Ausdruck
Hofaue 53-55, 42103 Wuppertal

Kosten: 45 Euro

Info und Anmeldung:

Tel.: 0202-4597764 o. 0202-593340

E-Mail: movimientola@aol.com

www.movimiento-tanzundtheater.de