



**Termin:** jeweils Freitag, 19:00 Uhr bis Sonntag, 13:00 Uhr  
**Teilnahmebetrag:**  
Einzelseminar: € 170,-  
**Organisation und Kursbegleitung:**  
Eva Böhm  
**Begrenzte Teilnehmer/innenzahl! 24 TN**

## Themen und Termine:

**Element Wasser** – Beziehungen, Kraft der Ahnen, Emotionen wie Angst/Scham

**Fr, 24.1. – So, 26. Jänner 2020**

**Element Holz** – Lebensplanung, Konflikte, Durchsetzungs- und Entscheidungskraft

**Fr, 24.4. – So, 26. April 2020**

**Element Feuer** – Gefühle, Dysharmonie und Balance, Klarheit,

**Fr, 19.6. – So, 21. Juni 2020**



## Aufenthalt und Verpflegung (Stand 2019):

Nächtigung/Frühstück pro Tag und Person  
€ 33,50 Einbettzimmer mit WC und Dusche  
€ 29,20 Zweibettzimmer / WC und Dusche  
€ 10,00 Mittagessen € 7,60 Abendessen  
zuzügl. gesetzliche Nächtigungsabgabe dzt. 1,10/Nä.

Nehmen Sie sich Zeit! Gerne können Sie bei uns übernachten! Wir bemühen uns, Ihrem Unterbringungswunsch entsprechend unseren Möglichkeiten gerecht zu werden.

## Anmeldung und Zahlungsbedingungen:

### **Begrenzte Teilnehmer/innenzahl (24 TN)**

Nach dem Anmeldeschluss (!) erhalten Sie einen Teilnahmebrief mit Details zum Seminar zugeschickt!

Die Kursplätze werden nach dem Einlangen vergeben!

Stornierungen sind nur bis zum angegeben Anmeldeschluss ohne Kosten möglich.

Bei späteren Abmeldungen müssen wir 25% des Teilnahmebeitrages verrechnen, bei Abmeldungen ab einer Woche vor Seminarbeginn 50% des Teilnahmebeitrags, bei Abmeldung ab 2 Tage vor Seminarbeginn bzw. bei Nichterscheinen den gesamten Teilnahmebeitrag.

## **Schriftliche Anmeldung an**

### **Bildungshaus Schloss Großrußbach**

F.d.I.v.: Dipl.-Päd. Franz Knittelfelder, Direktor  
Bilder: © Bildungshaus, Referent/innen, Eva Böhm  
DVR: 0029874 (111), Stand: Dezember 2019

## **Dance for Health - The Experience**

Dance for Health (DfH) energetische Balance durch Tanz mit einer Verbindung zwischen Tanz und Techniken aus anderen Disziplinen wie z. B. Meditation, Atemtechnik, TCM. Die durch Tanz und Körperarbeit aktivierte Balance dient zur Stärkung der eigenen Gesundheit, zur Förderung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens und wirkt so kräftigend, befreiend und ausgleichend.

DfH ist außerdem eine Einladung zu einer Reise nach innen, zu sich selbst. Diese Reise bietet die Gelegenheit, den eigenen Lebensraum – nämlich den eigenen Körper und die eigenen Gedanken (wieder) zu entdecken, wahrzunehmen, ihnen nachzuspüren, sie bewusst zu erleben und so mit der eigenen heilenden Kraft in Kontakt zu kommen.

Seit Anfang 2014 wird DfH als zweijähriges Programm angeboten (auch als Aus- oder Weiterbildung) und ist für jede/n geeignet, die/der sich intensiver mit der Wirkung von DfH auseinandersetzen möchte. Vorläufig wird im Bildungshaus Großrußbach nur Modul 1 - „The Experience“ bestehend aus fünf Seminarblöcken - angeboten. Jedes dieser Seminare von Modul 1 kann einzeln besucht werden.

DfH basiert auf den fünf Wandlungsphasen der chinesischen Medizin (Erde, Metall, Wasser, Holz und Feuer) und ermöglicht so einen Einblick in die 5 Elemente der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Jedes Seminar im ersten Modul ist einem bestimmten Element der TCM gewidmet. Es ist eine Möglichkeit der Selbsterfahrung und Auseinandersetzung mit Fragen, die jedes Element aufwirft. Du lernst die Verbindung zwischen Muskeln und Elementen aus der TCM kennen, stellst dich deinen Emotionen und lernst sie auszubalancieren, entdeckst kreative Lösungen in Belastungssituationen. Du lernst dich mit der Lebendigkeit des Augenblicks zu verbinden und kraftvoll und wach im eigenen Körper zu sein.

Tanzbalance Übungen werden zumeist von Musik – der Verbindung von Rhythmus und Melodie – begleitet. Während Rhythmus das Gehirn reorganisiert, hilft Melodie das Herz zu öffnen.

Einblicke in diese Arbeit auch online auf kurzen Videos. Link auf unserer Webseite!

Eine Übernachtung im Bildungshaus ist zu empfehlen, da eine Übungseinheit vor dem Frühstück geplant ist.

**Jedes Seminar kann auch einzeln gebucht werden.**

**Anmeldung bis 10. Jänner 2020 bzw. 10. April 2020 bzw. 5. Juni 2020**

## **Referentin: Fabiana Pastorini**

Sie lebt in Wien und wurde in Buenos Aires (Argentinien) geboren. Dort erhielt sie ihre ersten Tanzstunden an der National Ballet Schule, wo sie die nächsten Jahre studierte. Ab 1988 Spezialisierung auf Modern Dance (Graham und Horton) in New York. Über Deutschland gelangte sie 1992 nach Wien. Hier lange Zusammenarbeit mit Ismael Ivo. Mehrjährige Tätigkeit in der Ballettschule der Wiener Staatsoper und am Konservatorium der Stadt Wien/ Musik und Kunst Privatuniversität MUK. Derzeit Lehrtätigkeit am Max Reinhardt Seminar, Wien.

Als ausgebildete Tänzerin und Atemlehrerin entwickelte sie Dance for Health. Sie leitet internationale Seminare in Hawaii, Argentinien, Österreich und Italien.

Mehr Informationen online auf [www.fabianapastorini.com](http://www.fabianapastorini.com) !

## **Bildungshaus Schloss Großrußbach**



Katholische Kirche – Erzdiözese Wien / Vikariat Nord  
2114 Großrußbach, Schlossbergstraße 8  
T: 02263/6627 F: 02263/6627-43  
E: [bildungshaus.grossrussbach@edw.or.at](mailto:bildungshaus.grossrussbach@edw.or.at)  
**Internet: [www.bildungshaus.cc](http://www.bildungshaus.cc)**



**Referentin:** Fabiana Pastorini, Wien/Argentinien [www.fabianapastorini.com](http://www.fabianapastorini.com)

---

### **Element Wasser – Freitag, 24.1., 19:00 bis So., 26. Jänner 2020, 13:00 Uhr**

An diesem Wochenende werden wir uns dem Element Wasser zuwenden. In den Nieren befindet sich die Lebensenergie, die wir von Geburt an von unseren Eltern mitbekommen haben. Anders als die Energien, die aus dem Element Erde oder dem Metall Element kommen und die sich ständig erneuern können, kann die angeborene Energie nicht erneuert werden. Das Ende dieser Energie bedeutet das Ende des Lebens. Ein wichtiger Teil dieses Seminars ist es, in bewussten Kontakt mit dieser Energie zu kommen, die solch eine bedeutende Rolle in unserem Leben spielt. Ebenso wichtig ist die heilende Energie, die verbunden ist mit dem Ursprung des Lebens. Universelle Energie fließt durch uns und äußert sich in individuellen Lebenszielen jedes einzelnen Menschen. Im Einklang mit diesem Element zu sein, bedeutet, dies zu spüren. Die entsprechende Emotion ist die Angst und die höchste Qualität des Wassers ist die Sanftheit. Dem Element Wasser ist das Unbewusste zugeordnet, eine unendliche Quelle wertvoller Information. Dieses Seminar ist eine Reise in die Tiefen des Unbekannten, auf der es mit unserer angeborenen Freude viel Neues zu entdecken gibt. Zu den Inhalten des Seminars gehören: Informationen zum Element Wasser / Physische Ebene: Organe, Muskel, Wirbelsäule / Energetische Ebene: Meridiane und Akupressurpunkte / Balance, Dysbalance, Tanzbalance / Information zu Lebensenergie & Heilkraft; Ahnen und ihrem Erbe.

---

### **Element Holz – Freitag, 24.4., 19:00 bis So., 26. April 2020, 13:00 Uhr**

An diesem Wochenende werden wir uns dem Element Holz zuwenden. Dieses Element verkörpert den Anfang des Lebens, den Sonnenaufgang, die Kraft des Wachstums und das Leben in Expansion. Kindheit und die Bewegung „nach außen“, die Fähigkeit sich zu behaupten und den eigenen Lebensplan zu verwirklichen, gehören zu diesem Element. Das Element Holz verleiht Kraft, Träume in Realität zu verwandeln und trotz ungünstiger Bedingungen nach großen oder kleinen Niederlagen wieder aufzustehen. Wenn sich diese Kraft nicht in Begleitung von Freude und Heiterkeit findet, wird sie bald ausgeschöpft sein. Wir begeben uns auf die Spur unseres Lebensplans und überlegen verschiedene Strategien zur Durchsetzung dieses Plans. Zu den Inhalten des Seminars gehören: Informationen zum Element Holz / Physische Ebene: Organe, Muskel, Funktionen / Energetische Ebene: Meridiane und Akupressurpunkte / Balance & Dysbalance, Tanzbalance / Information Aggression, Wut, Lebensplan, Ziele konkretisieren, Strategien, Widerstand

---

### **Element Feuer – Freitag, 19.6., 19:00 bis So., 21. Juni 2020, 13:00 Uhr**

An diesem Wochenende werden wir uns dem Element Feuer zuwenden. Das Feuer Element ist das Zentrum des Bewusstseins und des Denkens, der Begeisterung und der Klarheit. Das Herz ist das Oberhaupt und in einem balancierten System entscheidet es über die Richtungen, denen das Leben folgen soll. Es ist auch der Ort, wo neue Ideen entstehen und aufflammen können. Dieses Element manifestiert die grundlose Freude und Dankbarkeit am Leben zu sein. Dieses Seminar ist speziell an die Wahrheit des Herzens gerichtet, seine innere Weisheit, sich selbst zu suchen und seine Führungsfunktion als Sitz der Weisheit des Lebens zu akzeptieren. Zu den Inhalten des Seminars gehören: Informationen zum Element Feuer / Physische Ebene: Organe, Muskel, Funktionen / Energetische Ebene: Meridiane und Akupressurpunkte / Balance & Dysbalance, Tanzbalance / Information Leidenschaft, Klarheit und Begeisterung