

Tanz der Flüssigkeiten

Wir bestehen zu 70% aus Flüssigkeit!

Die Flüssigkeiten schwimmen nicht chaotisch in uns herum, sondern es existiert Ordnung, und diese Ordnung können wir für den Tanz und die Bewegung nutzen und kanalisieren.

Wir erforschen z.B. die Weichheit und die potentielle Kraft des Fettes, das auch puffert, isoliert und uns schützt. Die Lymphflüssigkeiten bringen Entscheidung, Klarheit und Richtung, Das Blut hat Gewicht, verbindet uns mit Gefühl und erschafft Lebhaftigkeit, und die zelluläre Flüssigkeit bringt uns zur Ruhe.

All` diese Bewegungsqualitäten können erfahren, erprobt und für den Tanz und Alltag genutzt werden.

Unseren Flüssigkeiten liegt Präsenz und Transformation zugrunde. Sie spielen eine wichtige Rolle beim Ausbalancieren zwischen Spannung und Entspannung, Ausruhen und Handeln.

Methoden: Erfahrbare Anatomie, Freier Tanz, Bewegung, Körpererfahrung

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung, er bietet Zeit für Erholung, die Erfahrungen der flüssigen Elemente mit dem erdigen Element der Natur zu verbinden und zu integrieren.

Auf Wunsch gibt es abends eine kreativ- meditative Einheit z.B. mit Malen, Tanz, Musik, oder Schreiben. Insgesamt 4 Einheiten täglich

Im Kurs sind alle willkommen die Freude am Tanzen haben und an organischer Bewegung und Körpererfahrung interessiert sind. Da jeder bei den eigenen Möglichkeiten ansetzt ist die Woche für Einsteiger ebenso wie für Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, mehrere Schichten- auch Warmes, eine Decke, Malblock und Farben- je nach Vorliebe.

Ort:

Universitätssport- & Seminarzentrum Dientnerhof, 5652 Dienten am Hochkönig, Dorf 36, Salzburger Land

Termin:

Von Mo., 13.08. (Anreise bis 18 Uhr) – Sa., 18.08.2012 (Abreise nach dem Mittagessen)

Leistung: Kurskosten (4 EH täglich), Halbpension, Nächtigung in 1-, 2- oder Mehrbettzimmern, Einzelzimmer nur nach Verfügbarkeit und mit Aufpreis € 9,- Studentenpreis, € 11,- Normalpreis

Kosten: 250€ Studenten, sonst 300€

Susa Muzler: Somatische Bewegungs- und Tanzpädagogin, Körper- und Kunsttherapeutin, Somatic Movement- Art Trainerin;

Kontakt: 0043 (0)650 714 09 80, office@somatic-movement.at, www.somatic-movement.at

Anmeldung und weitere Infos: www.usi.at unter Sommer Dienten

maria.schweinberger@univie.ac.at, Tel.Nr. 01/4277/17001

