

Blaubarts Schlüssel – Frauenarchetypen in Märchen & Tanz



Ein Seminar für Frauen, die:

- neugierig und tanzlustig sind
- Märchen mögen und ihr eigenes „Lebensmärchen“ entdecken wollen
- gerne liebevoll mit sich selbst umgehen möchten
- ihre Ausdrucksmöglichkeiten erweitern oder
- einfach Lust, Spass und Intensität in ihr Leben lassen wollen

Fraugeschichten sind so spannend und so bewegt wie das Leben selbst. Werden sie erzählt, entdecken wir Wundersames, Unwegsames, Totgeglaubtes, Verwundetes und Lebensspendendes. Im Märchen begegnet uns all dies in archetypischen Bildern. Wir entdecken das junge Mädchen, die starke Frau und die weise Alte, die Hexe und die Heilerin, die Verführerin und die Verführte, die Helferin und die Hilfesuchende. Werden Märchen erzählt, berühren sie bis heute, entschlüsseln Verschlussenes und lassen den Faden des Lebens erkennen, der neue Muster webt. Unser Körper ist der Spiegel unseres Selbst. Wir öffnen oder verschließen uns, sind energiegeladen, voller Kraft oder scheinen

festzustecken, sind locker und entspannt oder blockiert. Durch achtsame Körperwahrnehmung, Tanz und genussvolle Bewegung zur Musik finden wir einen instinktiven Zugang zu den Königinnen, Prinzessinnen, Abenteurerinnen, Heldinnen und wilden Frauen aus den Märchen. Wir lassen uns von Ihnen berühren, beschenken, unterstützen, bestärken, verwandeln, nehmen Blaubarts Schlüssel, ertanzen uns neue Räume und verschließen die, die wir nicht mehr brauchen. Tanztherapie, Biographiearbeit und die Tradition des Märchenerzählens können sich so ergänzen.

Termin: 8. bis 10. November 2013

Uhrzeit: Freitag, 19:00 Uhr bis
Sonntag, ca. 12:00 Uhr

Samstag: Offener Abend:
Märchen tanzen aus der Reihe
Märchen, Tanz und Fantasie –
lassen Sie sich entführen!

Information & Anmeldung:
Bildungshaus Schloss Großrußbach,
A-2114 Großrußbach, Schlossbergstraße 8
Telefon: 02263 / 6627
bildungshaus.grossrussbach@edw.or.at;
www.bildungshaus.cc

Mit:

Karin Böck MAS, eine Fragende und
Suchende, die in Märchen so manchen
Schlüssel gefunden hat, Dipl. Gesundheits-
und Krankenschwester, Dipl. Seminar-
leiterin, Märchenerzählerin,
und **Astrid Pinter**

Kosten € 175,-

**ermäßigt mit
BildungshausCard: € 170,-**



TANZ ZU DIR SELBST

Ägyptischer Tanz & Tanztherapie
Programm Herbst 2013 & Frühjahr 2014

„Nimm deinen Tanz
in die Hand, Schwester,
heile und stärke deinen Körper,
wie viele Frauen es vor dir getan haben.
Gehe das Abenteuer mit dir
selbst ein und erforsche
dein Universum.
Tanze und du wirst neu geboren.“

ARABISCHES SPRICHWORT

Ägyptischer Tanz, Tanzreisen, Tanztherapie und mehr ...

Ägyptischer Tanz hat eine lange Tradition – seine Ursprünge sind so vielfältig wie der Tanz selbst: erdverbunden, fröhlich, wild, ausgelassen, kraftvoll genauso wie weich, fließend, um die Mitte konzentriert – aber immer voll Intensität und Gefühl.

Tanz- und Ausdruckstherapie spricht Gefühle, Denken und Körper gleichermaßen an und geht davon aus, dass sich Erfahrungen in einem dieser Bereiche immer auch in den anderen spiegeln.

Beide Zugänge zu Tanz und Bewegung führen uns in einen achtsamen, lebendigen Prozess, der es ermöglicht, Verhaltensmuster zu ändern, zu einem positiven, realistischen Selbst- und Körperbild zu finden und Zugang zum ureigenen Lebensfluss zu erlangen.

Auch in diesem Herbst möchte ich Sie wieder einladen, mit viel Spass, Genuss und Leichtigkeit in Bewegung zu kommen und freue mich, Sie wieder zu sehen oder kennen zu lernen!

Astrid Pinter



Tanzreisen 2014

Sommertanzwochen in der Südsteiermark

Juli 2014 - Termin 1

So., 20. bis Fr., 25. Juli 2014

Offen für alle Stufen!

Juli 2014 - Termin 2

So., 27. Juli bis Fr., 1. August 2014

Für Anfängerinnen und Frauen
mit ersten Vorkenntnissen!

August 2014

So. 17. bis Fr. 22. August 2014

Für Fortgeschrittene!

Tanzen & Meer Tanzreise nach Sizilien

Termin 2013: Freitag 18. bis

Freitag 25. Oktober 2013

Nur mehr Restplätze frei!

Termine 2014:

23. Mai bis 30. Mai 2014

26. September bis 5. Oktober 2014

(Abhängig von den Flugplänen sind
noch geringfügige Änderungen möglich!)

Nilkreuzfahrt Assuan – Luxor

27. Februar - 6. März 2014

Ob diese Tanzreise stattfinden kann wird
von der politischen Lage in Ägypten ab-
hängen. Bei Interesse informiere ich
Sie gerne!

Weitere Reisen sind in Planung.
Alle Details und aktuelle Informationen
finden Sie im Tanzreisen-Flyer sowie
unter www.astrid-pinter.at

Bewegte Weiblichkeit – Ägyptischer Tanz für Frauen



Ägyptischer Tanz bietet Frauen die Möglichkeit, sich tanzend ihrer Weiblichkeit in allen ihren Aspekten zu nähern. Spielerisch lassen wir uns von typischen Bewegungen, Prinzipien und archetypischen Frauenbildern inspirieren. Bewegungsmeditationen und Elemente aus der Tanztherapie unterstützen den Prozess.

Im Vordergrund stehen das Tanzen und die typischen Bewegungselemente und Bewegungsprinzipien im Ägyptischen Tanz. Freude am Miteinander-Bewegt-Sein, Humor und Leichtigkeit kommen dabei nicht zu kurz!

Ein besseres Körperbewusstsein, mehr Selbstzufriedenheit und Gelassenheit könnten die Folge sein! Vorkenntnisse sind weder nötig noch hinderlich.

Abendkurs in Leibnitz

Termin: ab 1. Oktober 2013

Zeit: ab 18:30 Uhr

Ort: AK Leibnitz

Anmeldung: VHS Leibnitz

Anita.Rieger-Kirnbaauer@akstmk.at

Tel.: 05/7799/3860, www.vhsstmk.at

Workshop-Reihe in Graz

Termine: 5. Oktober 2013, 2. November 2013, 23. November 2013, 14. Dezember 2013, 11. Jänner 2014, 1. Februar 2014, 15. Februar 2014

Zeit: jeweils Samstag 14:30 - 17:30 Uhr
Neuer Kursort: YogaHerzRaum, Plüddemanngasse 27, Graz

ACHTUNG: Der Termin am 15. Dez. findet im Jugend- und Familiengästehaus Graz statt!

Einzel-Workshop € 42,-

alle 7 Termine € 245,-

3 Termine*) € 115,-

*) zu verbrauchen innerhalb eines Semesters

Workshop in Wien

Termin: Sonntag, 26. Jänner 2014

Zeit: 10:00 – 17:00 Uhr

(inkl. Mittagspause)

Ort: Physiotherapiepraxis Bewegterleben, Wilhelmstraße 44, Wien

Kursbeitrag € 75,-

Workshop-Reihe in Klagenfurt

Zum Kennenlernen und Wiederauffrischen:

Termin: 12. Oktober 2013

Zeit: Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr
(inkl. Mittagspause)

Kursbeitrag € 75,-

für Teilnehmerinnen am Tanzprojekt ab Jänner! € 70,-

Workshop-Reihe zur Vertiefung:

Termine: 18. Jänner 2014, 22. Februar 2014 und 29. März 2014

Zeit: jeweils Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr (inkl. Mittagspause)

Einzel-Workshop € 75,-

alle 3 Termine € 210,-

Ort: Kath. Gemeindezentrum Franz von Sales, Franz-von-Sales-Platz 1, Klagenfurt

Die Workshops können einzeln besucht werden und ergeben gesamt eine umfassende Einführung in den Tanz!

Wochenendseminar in Wels

Termin: Freitag, 9. Mai bis

Sonntag, 11. Mai 2014

Information und Anmeldung:

Bildungshaus Schloss Puchberg

Tel.: 07242 / 47537, e-Mail:

bildungshaus.puchberg@dioezese-linz.at

www.bildungshaus-puchberg.at



Intensivworkshop-Reihe in Graz

Von Innen nach Außen

Ägyptischer Tanz berührt unser Innerstes und ermutigt uns in Verbindung mit der Musik und unserer Umgebung zu bleiben ohne dabei unser Zentrum zu verlieren. Ohne Leistungsdruck lassen wir uns auf die Musik ein und Bewegung aus dem Augenblick entstehen, kommen ins Fließen, lösen Verspannungen und erleben Hingabe und Lebensfreude. Für alle mit Vorkenntnissen.

Termine: 5. Oktober 2013, 2. November 2013, 23. November 2013, 14. Dezember 2013, 11. Jänner 2014, 1. Februar 2014, 15. Februar 2014

Zeit: jeweils Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

Neuer Kursort: YogaHerzRaum, Plüddemanngasse 27, Graz

ACHTUNG: Der Termin am 15. Dez. findet im Jugend- und Familiengästehaus Graz statt!

Einzel-Workshop € 42,-

alle 7 Termine € 245,-

3 Termine*) € 115,-

*) zu verbrauchen innerhalb eines Semesters



Astrid Pinter

Tanzpädagogin, Trainerin in der Erwachsenenbildung, Dipl. Tanz- und Ausdruckstherapeutin (BTA); Ausbildung in Raqs Sharqi bei Liza Wedgwood (England) und Erna Fröhlich (München), Leitung von Tanz- und Bewegungsgruppen mit den Schwerpunkten Ägyptischer Tanz, Körper- und Selbsterfahrung für Frauen, tanztherapeutische Arbeit in Kooperation mit verschiedenen Institutionen und in freier Praxis.

Weitere Angebote und Informationen

Angebote für Institutionen, Bildungseinrichtungen, Frauengruppen, SeminarveranstalterInnen:

- Einzelstunden in Tanz- und Ausdruckstherapie
- Seminare für bestehende Gruppen
- Tanztherapie-Einheiten für Institutionen und Bildungseinrichtungen
- „Bewegte Weiblichkeit“ – Ägyptischer Tanz für Frauen

Einzelstunden in Tanz- und Ausdruckstherapie

Einzelstunden in Tanz- und Ausdruckstherapie ermöglichen Ihnen in einem geschützten Rahmen die eigene Befindlichkeit auf spielerische Art und Weise zu erkunden, Veränderungsprozesse anzuregen, den eigenen Standpunkt zu finden und so Lebensfreude und „Im-Fluß-Sein“ zu erleben.

Die Tanztherapie-Einheiten finden in Leibnitz statt - bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Termin für eine Schnupperstunde!

Detaillierte Beschreibungen zu allen Veranstaltungen finden Sie auf meiner Webseite. Im Laufe eines Semesters ergeben sich oft Seminare und Workshops an verschiedenen Orten. Alle aktuellen Termin-Informationen dazu erhalten Sie mit meinem Newsletter, außerdem Informationen zu Ägyptischem Tanz und Tanztherapie, Literatur- und Musiktipps. www.astrid-pinter.at



Astrid Pinter
ÄGYPTISCHER TANZ & TANZTHERAPIE

+43 (0)650 / 602 5 602

www.astrid-pinter.at

Ostertanzwoche 2014 mit Liza Wedgwood und Astrid Pinter



Thema: Sha'abi - Ghawazi - Saidi

Inspiriert von unseren Ägypten-Reisen werden in dieser Woche Musik und Tanz aus Oberägypten unser Thema sein. Der Said ist das Gebiet in Südägypten rund um Luxor. Die typische Musik aus dieser Region wird heute mit Instrumenten gespielt, die sich seit Jahrhunderten nicht verändert haben. Für unsere westlichen Ohren ist sie außergewöhnlich, spannend und ganz verschieden von der Musik im Rest Ägyptens.

Zu dieser Musik zu tanzen erweckt eine ursprüngliche Verbindung zu der kulturellen Tradition Ägyptens. Überschwang und gleichzeitig Stabilität sind die Essenz des Saidi-Tanzes. Wir werden lernen, die Musik zu verstehen und uns „in sie zu entspannen“ und wir werden die Spannung genießen, die in dem Unterschied zwischen kraftvollem männlichem Stocktanz und dem souveränen Charme der „Ghawazi“ („gypsies“) liegt.

Es wird Zeit und Raum geben, um über Hintergründe von Musik und Tanz in Ägypten zu sprechen, individuelles Feedback zu geben und auftauchende Fragen zu bearbeiten. Eine Woche Tanztraining, Körperarbeit und Refle-

xion bieten jeder Tänzerin die Möglichkeit, einen spürbaren Schritt in ihrer tänzerischen Entwicklung zu tun.

Für Tänzerinnen aller Niveaus. Voraussetzung ist ein Workshop bei Liza Wedgwood oder Astrid Pinter.

Wir freuen uns auf eine gemeinsame Woche!

Termin & Ort

Termin:

So 13. April 2014, ab 18:00 Uhr bis Fr 18. April 2014, ca. 12:00 Uhr (Die Tanzwoche findet in der Karwoche statt, d.h. von Palmsonntag abends bis Karfreitag mittags.)

Ort: Bildungshaus Schloss Retzhof Dorfstraße 17, 8430 Leitring/Leibnitz

Leistungen

Tanzworkshops (täglich ca. 5 Stunden), bei genügend Teilnehmerinnen Live-Musik mit Tim Garside. Exklusive Unterkunft und Verpflegung! Zimmer sind vorhanden - bitte direkt im Retzhof reservieren!

Kosten

Bei Buchung und Anzahlung bis 1. Februar 2014 gilt der ermäßigte Preis für Frühbucherinnen!

Preis für Frühbucherinnen € 350,-

Standardpreis € 390,-

www.ostertanzwoche.astrid-pinter.at