



Evangelisches
Bildungshaus
Rastede



Tanz und Bewegung – „in Progress“

29. März bis 31. März 2019

Tanz und Bewegung – „in Progress“

Der Kurs bietet tanz- und bewegungsinteressierten Menschen die Möglichkeit, sich individuell oder in der Gruppe künstlerisch-kreativ mit einem selbstgewähltem Thema zu beschäftigen. Sie können ein Thema mitbringen oder es entsteht eine Idee während des Seminars.

Ausgehend und angeregt von Methoden aus dem „Integralen Körperlernen“, der Tanzpädagogik und von BUQI*-Übungen folgt der eigene Arbeitsprozess dem Prinzip von Wahrnehmen und Gestalten und gleicht damit einem spielerisch-offenen Forschungsvorhaben.

Die Bewegungsarbeit in der Gruppe fördert das Bewusstsein und die eigene Wahrnehmungsfähigkeit. Sie gibt Orientierung und kann unserem Handeln eine klare Richtung geben. So lassen sich eigene Ausdrucksformen finden, auch ohne Vorkenntnisse in der Tanz- oder Bewegungsarbeit. Das schöpferische Tun bringt das Thema neu zum klingen.

Die Teilnahme ist für jede und jeden möglich.

* Das Wahrnehmen und Trainieren der inneren Bewegung als Quelle jeden äußeren Ausdrucks ist für kreatives und künstlerisches Arbeiten von ganz besonderem Wert. BUQI-Übungen können den Energiefluss im Körper anregen und ihn von blockierenden Faktoren (chinesisch „binqi“) befreien.





Freitag, 29.03.2019

15.30 Uhr	Anreise
16.30 Uhr	Stehkaffee
17.00 Uhr	Kennenlernen, Vorstellung des Programms
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Seminarphase 1
21.30 Uhr	Ausklang im Abendraum

Samstag 30.03.2019

08.00 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Morgenimpuls
09.30 Uhr	Seminarphase 2
10.40 Uhr	Tee/Kaffeepause
11.00 Uhr	Seminarphase 3
12.30 Uhr	Mittagessen
14.30 Uhr	Nachmittagskaffee/Tee
15.00 Uhr	Seminarphase 4
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Seminarphase 5
21.00 Uhr	Ausklang im Abendraum

Sonntag 31.03.2019

08.15 Uhr	Frühstück
09.30 Uhr	Seminarphase 6
10.40 Uhr	Tee/Kaffeepause
12.30 Uhr	Mittagessen
13.30 Uhr	Fazit und Ausblick
14.30 Uhr	Verabschiedung

Referentin:

Dorothea Jöllenbeck, Lehnsahn

Leitung:

Heike Scharf, Dozentin, Theaterpädagogin und
Uwe Fischer, Theaterpädagoge

Päd. Verantwortung:

Heike Scharf

Kooperation:

Arbeitsstelle für Kulturelle Bildung in der
Ev. -Luth. Kirche in Oldenburg

Kosten:

190,00 € im Einzelzimmer

Anmeldeschluss:

15. März 2019

Dorothea Jöllenbeck ist Bewegungslehrerin, Künstlerin und Autorin. Sie hat u.a. das Buch „Bewegung von Kopf bis Fuß“ verfasst und ein berührendes Buch zum Thema Demenz geschrieben, „Zurück nach Hause“. Sie unterrichtet in den Bereichen „Integrales KörperLernen“, BUQI*, Theater, Maskenbau und Maskenspiel, Tanz und Bewegung, Museumspädagogik sowie Stressbewältigung.



Dorothea Jöllenbeck

Anmeldung

Kursnummer 0215

Name

Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Einzelzimmer

Doppelzimmer

Vegetarisch

Schonkost

Antrag auf Bildungsurlaub Ja Nein

Datum

Ich akzeptiere die AGBs

Ich bin mit der Speicherung meiner personenbezogenen Daten unter der Beachtung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen einverstanden und erhalte weiterhin Ihr Jahresprogramm sowie ggf. weitere Informationen

Unterschrift



Evangelisches
Bildungshaus
Rastede

Evangelisches Bildungshaus Rastede

Mühlenstraße 126

26180 Rastede

Mail: info@hvhs.de

Internet: www.hvhs.de

: [EBHRastede](https://www.facebook.com/EBHRastede)