



# In Zyklen denken, handeln – und tanzen

Workshop HEILENDE KRÄFTE IM TANZ® für Frauen\*

Sonntag, 28. April 2024 | 17 bis ca. 20 Uhr

in der ETAGE Raum für Bewegung am HBF Bremen

*Die Geschehnisse der Welt und das eigene Leben nicht als linear verlaufend zu begreifen, sondern als einen sich zwar verändernden, aber dennoch wiederkehrenden Zyklus, verändert Erleben und Handeln: So, wie im Frühjahr die Pflanzen sich in ihrer ersten Form zeigen, startet ein Projekt mit den ersten Ideen und dem Ausstrecken der Fühler nach Umsetzung. So wie der Sommer voller Blüten und Farben ist, hat auch dein Projekt eine Hochphase (ob es nun eine Selbständigkeit, eine Beziehung oder dein Leben ist). So wie im Herbst die Energien sinken und die Bäume ihre Blätter fallen lassen, ist vielleicht auch in deinem Projekt irgendeine Form von Ermüdung oder Abschied angesagt. Und so wie im Winter nur scheinbar alles Leben zum Ende gekommen ist, denn die Samen warten in der Erde auf den neuen Start in der Runde des Lebens, so ist auch das Ende deiner Beziehung, deines Jobs oder deines Lebens nur ein scheinbares: Auf irgendeine Weise wird sich das immanente Leben wieder neu ausdrücken in der nächsten „Runde“. Dieses Wissen zu tanzen haben ich und viele Teilnehmer\*innen als tiefe transformative Erfahrung erlebt, die mit großer Ruhe und einem freudigen Vertrauen einhergeht. Ich freue mich auf einen intensiven Nachmittag mit euch!*

Heilende Kräfte im Tanz® ist eine körperorientierte tanztherapeutische Methode, die westliche psychotherapeutische Erfahrung mit alten Tanztraditionen verbindet. Die Arbeit ist ressourcen-erweiternd, nicht-regressiv und auf das aktuelle Erleben im Jetzt ausgerichtet. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Neugier auf neue Erfahrungen sowie die Lust, sich auf vielleicht Ungewohntes einzulassen, sind hingegen hilfreich. Zielgruppe sind bewegungsinteressierte Frauen\*. Das Sternchen berücksichtigt die soziale Konstruiertheit von Geschlecht und bedeutet, dass Menschen eingeladen sind, die sich in einem erweiterten Sinne als "Frauen" angesprochen fühlen: alle Varietäten von Frau\*-Sein sind herzlich eingeladen (frühere, aktuelle und zukünftige Ladies). Mir geht es darum, einen respektvollen Raum für Unterschiedlichkeiten zu schaffen.

**Leitung:** Luisa Duvenbeck, Tanztherapeutin HKIT®, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Soziologin M.A., freie Praxis mit den Schwerpunkten körperorientierte Psychotherapie und körperorientierte Traumatherapie, Dozentin an verschiedenen therapeutischen/pädagogischen Ausbildungsinstituten.



**Teilnahmegebühr:** 45 Euro, **Frühbucherrabatt:** Bei Eingang der Teilnahmegebühr auf meinem Konto bis 4 Wochen vor der Veranstaltung reduziert sich der Betrag auf 39 Euro. | **Veranstaltungsort:** ETAGE Raum für Bewegung, Bahnhofstr. 12, 28195 Bremen. Achtung, die Etage hat 2 Eingänge. Bitte nutze nicht den im Herdentorsteinweg auf der anderen Seite des Gebäudekomplexes. | **Anreise:** per Bahn (Bremen HBF) oder Auto (Parken in einem der Parkhäuser am Bahnhof) oder per Rad (Fahrradständer vorm Haus). | **Beginn:** Ankommen und umziehen **ab 16.40 Uhr**, wir beginnen **pünktlich** um 17 Uhr (und es wäre sehr, sehr schön, wenn du nicht zu spät kommst). | **Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, dicke Socken, deine persönliche Kuscheldecke, Getränk | **Anmeldung:** Per Email an [kontakt@koerperwege-duvenbeck.de](mailto:kontakt@koerperwege-duvenbeck.de) | **Absageregulung:** Bis 30 Tage vor dem Beginn der Veranstaltung ist eine kostenfreie Absage möglich, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 5 Euro. 29 bis 8 Tag(e) vor der Veranstaltung entsteht eine Ausfallgebühr von 50% der Teilnahmegebühr. Bei einer Abmeldung 7- 1 Tage vor oder am Veranstaltungstag berechne ich 100%. Mit der Anmeldung akzeptierst Du die Absageregulungen. | **nicht ganz fit am Workshoptag?:** alle werden begeistert sein, wenn du mit laufender Nase und anderen akuten Erkältungssymptomen NICHT am Workshop teilnimmst.

**Anmeldung und Infos** Luisa Duvenbeck, Telefon 0421 – 98 63 98 32

[kontakt@koerperwege-duvenbeck.de](mailto:kontakt@koerperwege-duvenbeck.de) [www.koerperwege-duvenbeck.de](http://www.koerperwege-duvenbeck.de)

