



# Eintauchen in Freude und Fülle

Workshop HEILENDE KRÄFTE IM TANZ® für Frauen\*

Sonntag, 23. Juni 2024 | 17 bis ca 20 Uhr

in der ETAGE Raum für Bewegung am HBF Bremen

**Schönheit, Leichtigkeit, Reichtum, Freude Fülle und Glück** - das sind die Geschenke, die das afrobrasilianische Heilungstanzritual für Oxúm für uns bereithält. In diesem Heilungstanz begegnen wir wichtigen Themen wie: das Leben aus meiner eigenen Mitte heraus zu leben; in der Begegnung mit anderen bei mir selber zu bleiben; das Leben zu genießen; meinen inneren Reichtum zum Blühen zu bringen! Unterstützen werden uns: Freier Tanz, Experimente mit neuen Bewegungsmustern sowie Achtsamkeit für das Zusammenspiel von Atem, Stimme und Bewegung. Der Austausch über das Erlebte fördert die Integration der Erfahrungen in den Alltag: Damit aus der Körpererfahrung im Tanz Bewegung im Leben entstehen kann - und sich das Glück in deinem Leben ausbreitet!

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), 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)

