Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Der Innere Tanz – Tanz und Kreativität

Aus dem Inneren schöpfen

Datum:	**28.12.2023 - 30.12.2023**
Dauer:	2 Tage
Leitung:	**Chetan Karla Bosák**
Preis:	**280,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

In diesem Seminar werden wir mit den Methoden des Kreativen Tanzes unserer Kreativität im Tanz Raum geben und mit verschiedenen Ausdrucksformen experimentieren.

Seminarbeschreibung

Tanz ist eine universelle Sprache. Der Tanz lehrt uns Sensibilität, Bewusstheit und dem jetzigen Moment Aufmerksamkeit zu schenken. Der Mensch tanzt, um Freude oder Kummer ausdrücken, als Ritual oder Grenzerfahrung, auf der Bühne, mit anderen oder alleine im Geheimen. Tanz ist Transformation. Der Tanz ergreift die Seele und gibt dem Körper eine spirituelle Dimension. Der Tanz befähigt uns, unseren Körper zu spüren und über ihn hinaus zu wachsen. Tanzen bedeutet, aktiv an der Vibration des Universums teilzuhaben.

In diesem Seminar werden wir mit den Methoden des Kreativen Tanzes (Raum, Zeit, Kraft und Fluss) unserer Kreativität im Tanz Raum geben und mit verschiedenen Ausdrucksformen experimentieren. Damit können wir auch über unsere bekannten Bewegungsmuster hinausgehen. Struktur und Freiheit im Tanz sowie Improvisation werden unsere beiden Gehirnhälften ausbalancieren.

Körperarbeit nach Laban/Bartenieff, die auch die motorische Entwicklung beinhaltet, ist Teil dieses Prozesses. Wir schöpfen die Kreativität aus unserem Inneren und geben ihr eine Form.

Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr

Zum Kennenlernen

Offener Abend

28.12. 2023, 20:30 Uhr, € 25

Komm einfach vorbei!