

Intensiv-Tieftanztaucherkurs

4 Module, November 2012 – August 2013
Zentrum der Einheit, Schweibenalp ob Brienz
mit Unterstützung durch
Live-Musik von Rainer Spirig

Ein Jahr lang von den gleichen wild-entschlossenen TänzerInnen begleitet zu werden, die mutig alles geben, um so richtig in das eigene volle Potenzial einzutauchen, ist unglaublich kraftvoll, nährend und unterstützend für das eigene Wachstum.

Diese Jahresgruppe bietet alles, was in vielen Jahren 5 Rhythmen-Lehren in seiner Tiefe wachsen durfte: Wir experimentieren mit ungewohnten, herausfordernden und tiefen Übungen und Ritualen (z.B. Videoaufnahmen deines Tanzens). Wir tanzen und tönen uns durch Grundgefühle («Heartbeat-Arbeit») und bringen unsere Visionen in Bewegung. Wir unterstützen uns mit Feedback und Präsenz füreinander. Wir nutzen die kraftvollen Ressourcen der archaischen Bergwelt der Schweibenalp für unseren Tanz. Und wir feiern den Reichtum des eigenen Körpers immer wieder aufs Neue: lustvoll, spielerisch, achtsam, meditativ, leidenschaftlich und wagemutig.

Das «Zentrum der Einheit» Schweibenalp bietet inmitten eines majestätischen Bergpanoramas, einer familiären Atmosphäre und einem genial konzipierten Tanzsaal die idealen Rahmenbedingungen für diese Tieftanztaucherreise.

Rainer Griefahns inspirierende und experimentierfreudige Live-Musik ermöglicht dabei eine unschätzbare Verbindung mit dem aktuellen Gruppenprozess.

Um was es geht

- Ein Jahr gemeinsam Tieftauchen in die Essenz der 5 Rhythmen
- Ein Jahr, um bis an die Grenzen und darüber hinaus zu tanzen
- Ein Jahr, um Wunden zu heilen
- Ein Jahr, in dem wir uns unterstützen, uns genauso verletzlich wie kraftvoll zu zeigen und einander Rückmeldung geben
- Ein Jahr, in dem sich jedeR vollständig auf der Tanzfläche einbringen und zeigen kann und sich so für die eigene Heilung und die der MitgefährtInnen zur Verfügung stellt
- Ein Jahr, um lustvoll risikofreudig zu erforschen, was sich danach sehnt, endlich in Bewegung zu kommen.
- Ein Jahr, um Visionen und Wünsche zu verkörpern
- Ein Jahr, um den Körper und all seine Gefühle zurückzuerobern und ihn vollständig und ganz zu bewohnen

Elemente

- 5 Rhythmen intensiv: mit ausgewählter Musik von Andreas, mit Live-Musik von Rainer Spirig und auch ganz ohne Musik (innere Musik), experimentell und gewagt
- Heartbeat: Das Erforschen und ganzheitliche Verkörpern von Gefühlen wie Angst, Wut, Trauer, Freude und Mitgefühl
- Arbeit mit Videoaufnahmen zum eigenen Tanz: Feedback intensiv
- Dein ganz individueller Tanz vor und mit der Gruppe
- Tanzen in freier Natur und ihren Elementen
- Der Tanz mit den eigenen Dämonen und Schatten
- Intensiv-Rituale
- Schwitzhüttenrituale am Beginn des Jahrestrainings

Teilnahmevoraussetzung

Dieser Jahreskurs richtet sich an Menschen, die bereits befreiende Erfahrungen mit den 5 Rhythmen machen durften. Wer um die Heilkraft des Tanzens weiss, ist auch bereit, sich tieferen und manchmal unangenehmen Prozessen auszuliefern. Deswegen sind mindestens drei Workshops mit autorisierten 5-Rhythmen-LehrerInnen Teilnahmevoraussetzung.

Teilnehmerzahl

Die maximale TeilnehmerInnenzahl (inkl. AssistentInnen) beträgt 36 Menschen

Daten

Mi, 07. – So, 11. November 2012

Do, 21. – So, 24. Februar 2013

Mi, 08. – So, 12. Mai 2013

Mi, 14. – So, 18. August 2013

Beginn jeder Kurseinheit: jeweils mit dem Abendessen des Anreisetages um 18.30 Uhr (Einchecken bis 18 Uhr)

Ende jeder Kurseinheit: jeweils sonntags um 16 Uhr

Der Kurs ist nur als Ganzes mit allen vier Modulen buchbar. Die verbindliche Anmeldung gilt somit für alle vier Module. Ein entsprechender Kursvertrag wird nach der Anmeldung zugeschickt.

Zum Kursort

Alle Module finden in der einzigartigen Atmosphäre des neu errichteten Tanzsaales des Zentrums für Einheit auf der Schweibenalp in Brienz statt. Ein altes Jugendstilhotel wurde dort von einer Lebensgemeinschaft auf engagierte Weise zu einer spirituellen Begegnungsstätte verwandelt. Die Schweibenalp liegt auf ca. 1100 m in Alleinlage direkt über den Giessbachfällen in einer wunderschönen Berglandschaft. Das Hochplateau ist ein Naturparadies mit Blick auf den türkisfarbenen Briener See.

Kurskosten

CHF 1980.- (EUR 1500.-)

Zahlbar in 4 Raten zu je CHF 495.- (EUR 375.-), jeweils 10 Tage vor dem entsprechenden Modul-Beginn.

Kosten für Unterkunft & Verpflegung

(pro Übernachtung inkl. Vollpension)

Einzelzimmer: CHF 119.-

Doppelzimmer: CHF 102.-

Mehrbettzimmer: CHF 92.-

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind direkt am jeweiligen Modul auf der Schweibenalp zu bezahlen.

Zimmerreservation: Die Seminarverwaltung auf der Schweibenalp vergibt entsprechende Zimmerwünsche in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Adresse und Kontakt

Zentrum der Einheit

Schweibenalp, Postfach, 3855 Brienz

Telefon +41 (0)33 952 20 00

Fax: +41 (0)33 952 2009

info@schweibenalp.ch

www.schweibenalp.ch

Anmeldung

Bis 7. Oktober 2012 mit dem Online-Anmeldeformular.