



Preis: € 240,00

Organisation: Véronique Santeler

Ort: Pilates Studio
Niedere-Munde-Straße 9
6410 Telfs in Tirol

Anmeldung:

T: 0650 919 1166

M: verosanteler@hotmail.com

Leitung / Inhaltliche Fragen:

Elisabeth L. Weninger MA
Ortho-Bionomy® –Practitionerin
Bewegungs- und Tanzpädagogin
entwickelte FASZIEN.imTANZ® (seit 2014)

elweninger@gmail.com

0650-3361083

FASZIEN.imTANZ®

Basic Workshop

17./18. Mai 2025, Sa, 9:30 - 18:00 Uhr

So, 9:00 - 18:00 Uhr

Pilates Studio, Niedere-Munde-Straße 9, **Telfs / Tirol**



FASZIEN.imTANZ® www.faszien-im-tanz.com

Tanzend erschließen wir uns die faszinierende Welt der Faszien. Es ist das Faszien-gewebe, das dem Körper sowohl Form und Halt verleiht als auch für Flexibilität und Geschmeidigkeit in der Bewegung sorgt. Zugleich bildet das fasziale Gewebe ein durchgängiges Kommunikations-Netz durch den gesamten Körper, vor allem auf unbewusster und vegetativer Ebene. Das System der Faszien gilt das weiteren als Organ der Wahrnehmung!

In diesem Basis-Seminar geht es vor allem darum, Prinzipien der Faszien in ihren Wirkungsweisen auf unsere Bewegung körperlich zu erspüren und zu erfassen.

Lassen Sie sich dabei von der Weisheit Ihres Körpers leiten und überraschen. Erforschen und erleben Sie Präsenz, Achtsamkeit und Ganzheit im Bewegen, im Tanz.



Inhalte und Elemente:

- Einblick in die anatomischen Strukturen der Faszien und deren Eigenschaften
- Verknüpfung von Theorie und Erfahrbarer Anatomie
- Bewegungsqualitäten, welche die Eigenschaften der Faszien ansprechen
- Übungen zur körperlichen Tiefenwahrnehmung
- Integrierendes Bewegen und freies Tanzen

Atmen – Erforschen – Entdecken – Staunen – Tanzen – Danken

*Im staunenden Wiederentdecken des uns zur Verfügung stehenden Schatzes
liegt die Kraft der Verwandlung.*

Vorkenntnisse im Tanz sind nicht notwendig!

Bitte bequeme und leichte Trainingskleidung, keine Schuhe, rutschfeste Socken, Decke mitbringen.