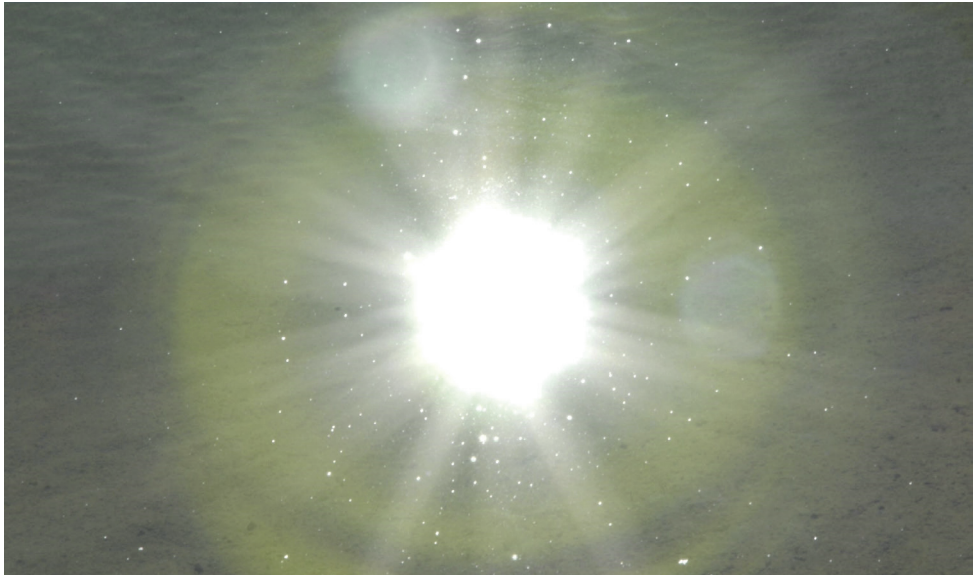


OFFEN FÜR DAS NEUE

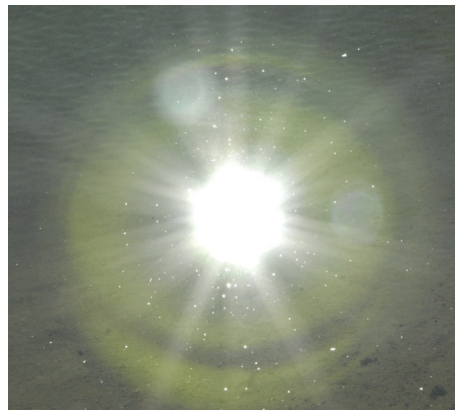
Meditation des Tanzes und Shibashi



- WAS** Offen für das Neue
- WER** Uschi Strobel und Anna-Barbara Santschi
- WANN** Donnerstag, 14. August 2025 bis Sonntag, 17. August 2025
- WO** Kloster Ilanz, Klosterweg 16, 7130 Ilanz
T +41 (0)81 926 95 40, www.hausderbegegnung.ch

OFFEN FÜR DAS NEUE

Meditation des Tanzes und Shibashi



WAS Bewegung und Begegnung – im Kreis – mit den Anderen und mit sich selbst. Der Tanz bringt Öffnung und Konzentration, bietet Herausforderung und Ruhe – kann ein Weg zur Einheit von Körper, Geist und Seele sein. Shibashi (Qi Gong) wird als eine Form von Meditation in Bewegung gelehrt. Die ruhig fließenden und wiederholten Bewegungen laden uns dazu ein, den Körper wahrzunehmen, die Lebenskraft zu stärken und Gedanken ziehen zu lassen. Shibashi kann uns dabei unterstützen, in die Ruhe und zu uns selbst zu finden sowie Körper, Geist und Seele zu harmonisieren.

Etwas lernen und mit der Zeit darin immer geübter werden, ist das nicht auch eine Freude? Konfuzius

WER Uschi Strobel, Dozentin für Meditation des Tanzes, Ausbildung am Institut Meditation des Tanzes – Sacred Dance – Friedel Kloke-Eibl
Anna-Barbara Santschi, Shibashi-Lehrerin CfC

Zielpublikum

Alle, die sich gerne zu Musik im Kreis bewegen und interessiert sind an der Körperwahrnehmung zu arbeiten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

WANN Donnerstag, 14. August, 18 Uhr bis Sonntag, 17. August 2025, 13 Uhr
Anmeldung bis 4 Wochen vor Kursbeginn bei
Uschi Strobel, Brombachstr. 9, D-79618 Rheinfelden, +49 (0)7623 79 75 63,
uschi_strobel@web.de

WIEVIEL Kurs CHF 280 bis CHF 340 (nach Selbsteinschätzung)
Maximal 15 Teilnehmende

WEITERES Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich