



bio danza®

Ferien für die Sinne

Bewegt, entspannt, kreativ & intensiv

Biodanza und Yoga

12.-19.08.2012



Auf der Reise zu dir selbst bietet das folgende Angebot Möglichkeiten, dein eigenes Leuchten zu entdecken, Impulse zur Neuorientierung und zu genießen, was dir gut tut und dich stärkt. Biodanzaferien sind Auszeiten mit Entspannung, Bewegung und Kreativität und schaffen liebevolle Räume voller Musik und Tanz, Stille und Rückzug, achtsamer Begegnungen, Lachen, Lebensfreude und Fülle, Oasen des Ausruhens und der Lebendigkeit, inspiriert von der Schönheit der Umgebung.

Biodanza- Tanz des Lebens

La Poética del encuentro! - Die Poesie der menschlichen Begegnung!

Biodanza bedeutet „Tanz des Lebens“ und schenkt über Musik, Bewegungen und Begegnungen die Möglichkeit, uns selbst zu erfahren. Vitale und kreative Tänze lassen uns mit Freude im Körper ankommen und im ganzen Körper lebendig fühlen. In den ruhigen Phasen können wir ganz mit uns sein und wieder auftanken.

So können wir voller neuer Energie nach Hause zurückkehren!

Yoga- der Mensch im Mittelpunkt

Yoga betrachtet stets den ganzen Menschen, der in der Lage ist, sich selbst zu erleben. Sind wir nicht in unserer Mitte, stören die Asymmetrien des Körpers unsere geistige Konzentration auf das Wesentliche.

Dann verbrauchen wir ständig zu viel Energie, um dieses Ungleichgewicht auszugleichen, fühlen uns teils müde und erschöpft. Yoga möchte dazu beitragen, die Symmetrien des Körpers in jedem Bereich wieder herzustellen, damit wir von der Last des ständigen "Ausgleichens" befreit werden und frei dafür sind, uns selbst zu erfahren.



Biodanza und Yoga – Tanz der sieben Chakren

...eine wundervolle Kombination. Wir tanzen durch die sieben Chakren und werden in den Yogastunden die einzelnen Themen des Tanzes vertiefen, indem wir sensibel werden für die Sprache unseres Körpers. Wir spüren, was uns festhält und können die Blockaden achtsam und liebevoll lösen. Die Lebensenergien kommen in Fluss und ermöglichen einen liebevollen Zugang zu mir selbst und den Anderen. So ergibt sich ein wunderbares Ineinanderfließen von Begegnungen mit mir selbst in den Asanas und anderen im Tanz.

Veranstaltungsort: Die andalusische Finca ist ein Ort der Ruhe und Entspannung, mit wunderschönen Seminarräumen, Salzwasserpool, Liegewiesen, Meditationsplätzen, Restaurant und Terrasse mit Meerblick. Der „Indische Garten“ und der „Garten der Sinne“ sind grüne Oasen in subtropischer Vegetation (Mangos, Feigen, Avocados, Bananen...), die zum Verweilen einladen. Den Strand von Benajarafe erreicht man in 25 min zu Fuß.

Alle Zimmer sind hell und freundlich eingerichtet.

Tanz, Yoga, Körpertherapie, Massage, Meditation
Biodanza und Yoga



Täglich findet auf der CASA ein Wohlfühlprogramm mit Yoga, Atemtechniken, Tiefenentspannung, Trommeln, Singen und Tanzen statt, das je nach Belegung durch die Gäste der Casa zusätzlich kostenlos zum Biodanza und eigenem Yoga-Angebot genutzt werden kann.

Begleitende Familien sind auf dem Gelände herzlich willkommen, auch wenn sie am Seminarprogramm nicht teilnehmen.

Dieser Urlaub ist für Yoga-Einsteiger geeignet.

Begleitprogramm:

Esalen®-Massagen (Kalifornische Massage)

Auf der Finca bietet Ruth Kirsch die Möglichkeit einer Esalen® Massage an – einfühlsame Streichbewegungen, die körperliche Verspannungen lösen und seelische Ausgeglichenheit herstellen.

Bei Interesse vorher Kontakt aufnehmen oder direkt vor Ort ansprechen.

Ruth Kirsch

RuthKirsch@web.de, www.körper-bewusst-sein.de

Andalusien





Beginn: Sonntag, den 12.08.2012, 19:00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Sonntag, den 19.08.2012, mit dem Frühstück

Kosten: Seminargebühr: 350€ / 300€ , bei Buchung bis 15.07.2012

Übernachtung und Essen

Übernachtung inkl. Vollpension:

545€ im DZ, 60-145€ Aufpreis für EZ,

Inklusive kostenlosem Flughafentransfer am An- und Abreisetag.

Verpflegung: In der VP ist enthalten: vegetarische/vegane Vollwertkost mit viel frischem Obst und Gemüse, reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet, tagsüber ein kaltes Buffet und Früchte der Saison, sowie Wasser, Tee, Säfte, Wein und Bier rund um die Uhr..



Andalusien



Claudia Maria Barbara Wolf

Pädagogin und Marma-Yogalehrerin, Aufbaustudium Gesundheitspädagogik, seit 1996 tätig in den Bereichen: Yoga und Ayurveda, Integriertes psychosomatisches Gesundheitstraining, Präventionsmaßnahmen im Gesundheitswesen, Sensibilitätstraining, Energiearbeit, Sonderpädagogik

cmbwolf@arcor.de



Angela Raymann

Zertifizierte Biodanzaleiterin, (Weiterbildungen: Die Identität und die Vier Elemente, Biodanza und Neoschamanismus), Biodanzagruppen in München, Bad Tölz, Regensburg, Nürnberg & Ingolstadt, Aus- und Fortbildungen in verschiedenen Richtungen (Körperarbeit, Naturheilkunde, Schamanismus, Vision Quest), Erlebnispädagogin, Politologin und Redakteurin.

www.biodanza-muenchen.info, info@biodanza-muenchen.info

Zum Vormerken:

JahresGruppe 2013

Eine tänzerische Reise zu dir Selbst

15.-17.03.2013 Frühling – Neubeginn

28.-30.06.2013 Sommer – Sein

11.-13.10.2013 Herbst – Rückzug

06.-08.12.2013 Winter – Übergang

31.08.-02.09.2012 HeartBeatFestival, Unterfranken

16.11.-18.11.2012 Biodanza und Massage: Zauber der Berührung, Oberbayern

02.01.-06.01.2013 Biodanza meets Tantra Evolution: Rauh Nächte, Allgäu

24.02.-03.03.2013 Biodanzawoche für Frauen in Andalusien: Entdecke die Göttin in dir!

04.-11.05.2013 Biodanzawoche auf Mallorca: Zeit für uns

Hiermit melde ich mich zu den Biodanza/Yogaferien vom 12.-19.8.2012 verbindlich an.

Die Teilnahmekosten von 350 € (bei Buchung bis 15.07.2012 300 €)

beinhalten die Organisation der Reise, das Biodanza- und Yoga-Angebot. Die Übernachtungs- und Verpflegungskosten von 545 € fallen zusätzlich an. Die Preise gelten pro Person für **Übernachtung im ½ DZ mit Vollpension**. Der Aufpreis für EZ ist € 60.-bis 145.-/Woche, je nach Verfügbarkeit – bitte vorher anfragen. Findet sich bei DZ-Buchung kein 2. Teilnehmer, so ist automatisch ein EZ-Zuschlag zu zahlen.

Die Kosten für Übernachtung und Verpflegung werden per vorheriger Überweisung oder in bar direkt mit der CASA abgerechnet.

Geschäftsbedingungen: Mit der Anmeldung bestätigt der Teilnehmer/die Teilnehmerin seine/ihre Teilnahme auf eigene Verantwortung. Die VeranstalterInnen reservieren die Unterkunft nach den angeforderten Optionen und stellen die Durchführung der Biodanza-Woche sicher. Die TeilnehmerInnen erhalten eine Anmeldebestätigung. Die An- und Abreise zum Zielort wird von jedem/r TeilnehmerIn selbst getragen und organisiert, für den Flughafentransfer bitte die Flugnummer und Ankunftszeit bis spätestens drei Wochen vor Veranstaltung bei den VeranstalterInnen bekanntgeben.

Seminarinfo: ca 2 Wochen vor Seminarbeginn erhältst du eine Info über Anreise, Treffpunkt, "Bitte mitbringen" und andere Details. Während des Seminars können zu Werbezwecken Fotos gemacht werden.

Unser Rücktritt von einem Seminar: Wir sagen ein Seminar ab, wenn Gefahren drohen (z.B. Unwetter), bei eigener Krankheit, oder falls die Mindestteilnehmeranzahl nicht erreicht wird. **Haftung:** Wir haften nicht für Unfälle oder Schäden der Teilnehmer, oder vom Teilnehmer verursachte Schäden. Jeder Teilnehmer begleitet uns auf eigene Verantwortung. Wir behalten uns das Recht vor, Teilnehmer/innen vom Seminar auszuschließen, wenn diese sich nicht an unsere Anweisungen halten und so sich oder andere gefährden.

Die hier angebotenen Seminare wenden sich an psychisch und physisch gesunde Menschen und ersetzen weder Arztbesuch noch Therapie. Im Zweifelsfall kläre deine Teilnahme bitte vorher mit uns sowie deinem Arzt/Therapeuten ab. Eine mögliche Unwirksamkeit einzelner Vereinbarungen dieser Teilnahmebedingungen berührt nicht die Wirksamkeit der ganzen Vereinbarung.

Die Stornogebühren betragen: (falls kein Ersatzteilnehmer gestellt wird):

- bis 1 Monat vor Beginn 100,- EUR Bearbeitungsgebühr
 - spätere Absagen 50% der Gesamtkosten. Die Absage muss schriftlich erfolgen.
- Mit deiner Anmeldung erkennst du diese Teilnahmebedingungen an.

Ich wähle folgende Konditionen, bitte ankreuzen:

Übernachtung und VP p.P./Woche

Δ DZ 545€ (Findet sich bei DZ-Buchung kein 2. Teilnehmer, so ist automatisch ein EZ-Zuschlag zu zahlen)

Die Kosten für Übernachtung und Verpflegung werden per vorheriger Überweisung oder in bar direkt mit der CASA abgerechnet.

Δ EZ 545€ plus Aufpreis € 60.-bis 135.-/Woche, je nach Verfügbarkeit – bitte vorher anfragen.

Ort/Datum Unterschrift

Name und Adresse :

Mobiltelefon, email-adresse:



Info und Anmeldung:

Angela Raymann · 0163-3642262

www.biodanza-muenchen.info

info@biodanza-muenchen.info

oder

Claudia Maria Barbara Wolf

cmbwolf@arcor.de

Die Fotos dieses Flyers stammen von

Dean Matuka · dean@biodanzafamily.com, Frank Flettner · frankflettner@yahoo.de,

Volker Montag, Michael Sadhana, Cristina Arrieta · www.biodanza-festival.de, Frank Siech · frank.siech@web.de,

Uli Bangert · www.uli-bangert.de/biodanza