

# MOVING WATERS

... Fluide Welten bewegen...

°einzeln oder zusammen buchbar°

°EARLY WATER

Buchung bis 31. Jan - 1) & 3) : 50€°

## 1) „Aquatische Ursprünge menschlicher Bewegung“ / Body-Mind Centering: embryonale Bewegungsmuster

**Mi 21. Feb / 19.30 – 21.30 Uhr / 30€ / Hopfenscheune Fürth**

Bewegung, kontinuierlich begleitet durch eine weiche, wärmende, umhüllende Berührung. Ein dreidimensionaler Tanz in einer virtuellen Schwerelosigkeit. Als Embryo entwickeln wir uns neun Monate lang im salzigen Fruchtwasser und schweben in unserer privaten Meeresumgebung. Der Ursprung aller Bewegung liegt in einer fluiden Umwelt. Was geschieht, wenn wir in die aquatische Natur unseres Seins eintauchen und uns von ihr in die Bewegung tragen lassen? Wie organisiert sich der Tanz neu, wenn er durch diese Qualitäten informiert wird?

Methoden: Bewegungsexplorationen, Partnerarbeit, Studium anatom. Modelle

~ CHRISTIAN MEIER / *Body-Mind Centering* Lehrer ~

## 2) „Bewegung im Wasser“ / Aquatic self-research

**Do 22. Feb / 21.00 – 22.30 Uhr / Eintritt / Fürther Mare**

Weiterentwicklung der gewonnenen Einsichten und Erfahrungen im warmen Thermalwasser - mit Bewegungs-Score zur Eigenexploration.

## 3) „Mit der Welle von Gefühlen“ / Embodiment: Bewegungsfluss

**So 25. Feb / 18.00 – 20.00 Uhr / 30€ / Hopfenscheune Fürth**

Bewegung als Reaktion auf Gefühle, Gefühle als Reaktion auf Bewegung. Innere wie äußere. Oft fällt es uns nicht leicht, Kontakt zu unserem inneren Erleben zu finden. Erlebtes kann nicht bewegt werden. Bewegung und Ausdruck geraten ins Stocken, fühlen sich fest an. Was geschieht, wenn wir uns auf unsere fluide Natur zurückbesinnen und Erstarrtes in Bewegung bringen? Wie organisiert sich der Tanz neu, wenn wir unseren Bewegungsfluss wieder finden, Gefühle bewegen und sie wandeln?

Methoden: Bewegung, Atem, Imagination, Berührung, Wave, Reflektion

~ CHRISTINA KAILUA / *Leiterin für therapeutischen Tanz* ~



°Anmeldung & Fragen: [christina.kailua@gmail.com](mailto:christina.kailua@gmail.com)°

°mehr Infos unter [www.innerelandschaften.com](http://www.innerelandschaften.com)

HOPFENSCHAUENE  
Schwabacherstr. 20  
90762 Fürth

