

Die lebendige Matrix – Faszinierende Tänze

Körperarbeit – Kontaktimprovisation – Bodysatsang

Seminarleiter:	Mokshia R. Frenzel
Datum:	31.5. – 2.6.2013
Seminarpreis:	CHF 400.-
Unterkunft mit Vollpension:	EZ CHF 119.-, DZ CHF 102.-, MBZ CHF 92.-, Zelt CHF 70.- p.Nacht
Anmeldung:	info@schweibenalp.ch bis spätestens 21. Mai 2013

Die Faszien (Teil des Bindegewebes) gestalten sich als Membrane und durchdringen den ganzen Körper als umhüllendes und verbindendes Spannungsnetzwerk. In diesem Kurs erforschen wir, wie diese faszinierenden Strukturen in uns wirken, alles zusammen halten und gleichzeitig auch alles voneinander trennen. Viele Menschen kennen die Auswirkungen von verklebten oder verknoteten Faszien. Es kann sich eng anfühlen und den Bewegungsfluss einschränken. Durchlässigkeit auf dieser Ebene zeigt sich durch das Gefühl von Beweglichkeit, Leichtigkeit und tiefem Frieden.

In der Kontaktimprovisation fließen Körperbewusstsein, kreativer Bewegungsausdruck und die Intensität von Kontakt und Berührung zu einem heilsamen Impuls zusammen. Jede Bewegung entsteht direkt aus der Vorangegangenen, aus der Kommunikation der Körper und dem Spiel der Kräfte des Augenblicks.

Bodysatsang ist die Einladung, in die Erfahrung des JETZT so tief einzutauchen, dass alles „Darüber-Nach-Denken“ sich in der direkten Erfahrung auflöst und ein tiefer Frieden sich ausbreiten darf. In diesem Raum (in der Osteopathie nennen wir dies den „Stillpunkt“) können die Kreativität und die Selbstheilungskräfte unseres Körpers zur vollen Entfaltung kommen.



Biographie

Mokshia R. Frenzel

Als leidenschaftlicher Tänzer, Bodyworker, Bewegungs- und Bewusstseinslehrer kreierte ich seit 15 Jahren befreiende Lern- und Spielräume für mühelose und sinnliche SEINserfahrung. Inspiriert durch die verschiedensten künstlerischen und therapeutischen Systeme (Osteopathie, TaiYoga-Massage, Body-Mind-Centering, Authentic Movement, Kontaktimprovisation, etc.), genieße ich mich mehr und mehr im Loslassen aller Konzepte.