



Christophorus Haus Göttingen gGmbH  
Diakonische Behindertenhilfe

16. und 17. Mai 2009

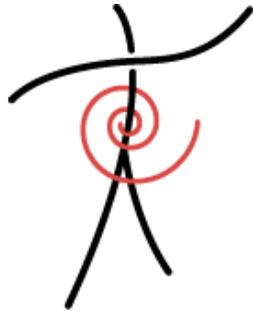
## Entspannung, Wachstum und Entwicklung

durch

Meditativen Tanz, traditionelle  
Tänze und tanztherapeutische  
Elemente

mit

Uta Böttcher



Veranstaltungsort:

Schule am Tannenberg  
Arbecksweg 5  
37077 Göttingen  
Telefon: 0551/ 400-5230  
0551/363309

Anmeldung:

Ursula Hoogen-Fritz  
Arbecksweg 5  
37077 Göttingen  
0551/373309



[Link zur Anfahrtsskizze](#)

*Wochenendseminar für Menschen,  
die in pädagogischen oder  
therapeutischen Zusammenhängen  
arbeiten und andere Interessierte*

Im Forum Schule am Tannenberg

„...verwurzelt fliegen...“

Unsere Ressourcen erneuern,  
genießen und Neues entdecken –  
verbunden mit der Erde,  
im Sein in unserer Mitte  
und in der Öffnung in die Weite

Wir tanzen Choreografien des Meditativen  
Tanzes (auch Sacred Dance), und  
traditionelle Tänze aus alten Kulturen.

Neben dem Kreis und der Spirale erfahren  
wir weitere archaische Symbole in den  
Schrittmustern und Gebärden. Welche  
Bedeutung können sie für uns haben?  
Spielerisch und mit Genuss erweitern wir  
unsere Bewegungsmöglichkeiten,  
verbessern Körperhaltung, Konzentration  
und Koordination. Meditativer Tanz und  
traditionelle Tänze haben gleichzeitig eine  
energetisierende und entspannende  
Wirkung: wir trainieren Achtsamkeit,  
gelangen in Balance und bauen Stress ab.

Das Programm wird angereichert durch  
Bewegungsmeditationen und freie  
Körperarbeit. Dieses verfeinert unsere  
Wahrnehmung und vertieft das Erleben  
bezogen auf uns selbst, und auf die  
Menschen, mit denen wir arbeiten.

TeilnehmerInnen ohne und mit  
Vorkenntnissen sind gleichermaßen  
willkommen.

Bitte leichte Schuhe und bequeme  
Kleidung mitbringen.

### Zeiten

Samstag, 16. Mai 2009 09.00 - 17.00 Uhr  
Sonntag, 17. Mai 2009 10.00 – 13.00 Uhr

### Veranstaltungsort:

Forum Schule am Tannenberg  
Arbecksweg 5  
37077 Göttingen/Weende

### Teilnehmerzahl:

mindest. 12 Personen max. 26 Personen

**Gebühr: 60 Euro Seminarkosten**

zusätzl. **8 Euro Verpflegung**  
1x Mittagessen, Getränke, Obst  
etc. während der Veranstaltung



### Seminarleitung:

Uta Böttcher, Jg. 1966  
verheiratet und Mutter von zwei Kindern  
Tanzdozentin  
Staatl. anerkannte Physiotherapeutin  
Bobaththerapeutin ( Kinder und Erwachsene )

Freiberuflich tätig mit Tanzgruppen und Seminaren  
Angebote

- Fortlaufende Gruppen
- Gruppen im Gesundheitsbereich und in der Erwachsenenbildung
- Meditativer und kreativer Tanz für Kinder ( in Kindertagesstätten und Schulen )
- Fortbildung für Pädagogen, Erzieher, Therapeuten
- Einzelarbeit mit Tanz, Gebärden, Körperübungen
- Eigene Seminare
- Tänze zum Jahreskreis
- Frauentänze für Frauengruppen
- Themenbezogene Tanzveranstaltungen

### Anmeldung:

Hiermit melde ich mich für die Fortbildungsveranstaltung am 16. und 17. Mai 2009 an:

### Traditionelle Tänze, Meditativer Tanz und Körperarbeit

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

### Ich akzeptiere die nachstehenden Bedingungen.

Ein Rücktritt von der Teilnahme ist bis zu 2 Wochen vor der Fortbildungsveranstaltung möglich. Danach wird die Teilnahmegebühr in voller Höhe fällig, wenn der Platz nicht belegt wird.  
Die Seminarkosten werden am Beginn des Tages des Seminars bar bezahlt.

Für Mitarbeiter der Christophorusshauses gelten die üblichen Fortbildungsregelungen.

Ort: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Einrichtung: \_\_\_\_\_  
(Freiwillige Angaben)

Anmeldung an: Ursula Hoogen-Fritz  
Arbecksweg 5 \* 37077 Göttingen 0551/373309