

# Dance & Spirit

## Frauentanzseminare zur Stärkung der weiblichen Basis

### *Tänze der Ahninnen und Indische Gebetstänze*

*Überlieferte traditionelle Frauentänze, sowie die Tänze der Roma Frauen mit ihren einzigartigen berührenden Melodien und Rhythmen beinhalten geistiges Potential und wertvolle Botschaften, die über Generationen von Frauen durch den Tanz weiter gegeben wurden. Diese Botschaften können für unser heutiges Frauenleben sehr kostbar sein. Die Tänze sind meist sehr erdig, haben archaische Wurzeln und rituellen Charakter. Durch die stetige Wiederholung ihrer uralten und meist einfachen Schrittfolgen und Energiemuster schaffen wir lebendige Brücken zu unseren Ahninnen und verschüttetem Frauenheilwissen, so wie zu unseren natürlich angelegten sinnlich schöpferischen Kraft,- und Lebensquellen.*

*Mit Indischen Gebetstänzen erweitern wir unser Tanzrepertoire. Wir tanzen im Kreis, aber ohne Handfassung. Die Arme sind frei, Herz und Spirit dürfen sich ausbreiten und entfalten. Die Verbindung zum Göttlichen oder der Göttin wird durch die tanzende Frauengemeinschaft verstärkt ausgedrückt. Lebensfreude, Mut und Hoffnung stellen sich ein, Himmel und Erde verbinden sich. Ein Tanzgenuss!*

**Anmerkung:** Dies ist ein Vertiefungsseminar für alle LG Absolventinnen. Herzlich eingeladen sind aber auch Frauen, die schon öfter mit Uta getanzt haben und tiefer in den Tanz einsinken wollen.

**Inhalt des Tanzseminars:** Traditionelle Frauentänze, Tänze der Roma, Indische Gebetstänze, meditative Gebärdentänze, Kreistänze verschiedenster Kulturen, Körperwahrnehmung, Körpersensibilisierung, freier Tanzausdruck.

**Termin:** 13.10.18 von 10.00-21.00 und 14.10.18 von 9.00-13.00

**Ort:** Wasserschloss Pottenbrunn in St. Pölten

**Kosten:** € 150.-auf Konto von Köck Ute Raiffeisenbank St. Pölten, IBAN: AT 24 3258 5000 0501 5797

**Seminarleitung:** Uta (Ute Köck), leitet seit 30 Jahren Tanzseminare, ausgebildete Kreistanzpädagogin und Bauchtanzlehrerin, Spezialisierung auf Frauenritualkreistänze, Integrative Tanzpädagogin, Körperbewusstseinstrainerin, Gesundheitsgymnastin, TRAGER® Praktikerin, Lehrgangsheiterin, Lebensberaterin.

**Anmeldung:** Bei Uta bis spätestens 1.10.18 [ute.koeck@aon.at](mailto:ute.koeck@aon.at), Tel: 0676/5958686

Home: [www.dance-and-spirit.at](http://www.dance-and-spirit.at)