Fortbildung

29.04.2027 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

„Ich lobe den Tanz, denn er befreit den Menschen von der Schwere der Dinge ...“ (Hl. Augustinus)

Im Alltag sind wir viel unterwegs. "Es läuft!" sagen wir, "wie am Schnürchen!", wenn vieles gelingt. Wir sind im eigenen Tempo unterwegs, oft zügig .. von A über B und C - Effizienz und Effektivität bestimmen das Tempo.

Meditative Tänze sind dazu ein Gegenentwurf:
Wir kreisen um eine gemeinsame Mitte. Die Musik gibt das Tempo vor und wir lassen uns führen. Die Bewegungen und Schritte sind für alle leicht zu lernen. Das Wechselspiel von "Mitte und Außen", von "Ich und Gruppe" befreit aus der linearen Bewegung zum Erfolg und eröffnet Raum zum ganz Da-Sein.
Ausgewählte Kreis-Tänze laden an diesem Tag dazu ein, bei sich selbst anzukommen, den eigenen Körper, innere Regungen und Stimmungen wahrzunehmen und in Gemeinschaft mit den Anderen "Die Schwere der Dinge" zu lassen und Leichtigkeit zu erfahren.
Vorerfahrungen im Tanzen sind nicht nötig. Gehen und Stehen ohne Hilfsmittel sind für eine sinnvolle Teilnahme allerdings Voraussetzung.

Dieser Oasentag bietet:

- spielerisch, leichte Bewegung
- Wahrnehmung des Körpers
- Entschleunigung
- meditative Musik

Zielgruppe:

Termin:
29.04.2027 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Kosten:
70,00 € | Eigenbeteiligung KJF-MA 25,00 €

Veranstaltungsort:
Exerzitienhaus St. Paulus
Krippackerstraße 6
86391 Leitershofen

www.exerzitienhaus.org

Referent(inn)en:
Alexander Ginter (Pastoralreferent, Mag. Theologie, Mag. Religionspädagogik, Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Gestaltpädagoge (IGB))

Ansprechpartner:
Stefanie Zeitlmeir (religioese-bub@caritas-augsburg.de, +49 (821) 3156-252)

Veranstalter:
Caritasverband für die Diözese Augsburg e.V. Religiöse Bildung und Begleitung

Veranstaltungsnummer:
R0327