

Anmeldung zum DanseVita-Kongress 2018

Hiermit melde ich mich verbindlich zum DanseVita-Kongress, vom 24. – 26. August 2018 an.

Name / Vorname:
Straße:
PLZ / Ort:
Telefon:
Mobil:
E-Mail:
Datum / Unterschrift:

Zimmerbuchung/-wunsch

Preise pro Tag / Person inkl. Vollpension (3 vegetarische Mahlzeiten in Buffetform, Kaffeepause)

◇ Einzel-Zimmer: 80,- EUR
◇ Doppel-Zimmer: 65,- EUR
◇ Großer Schlafraum: 50,- EUR
(Kinder 50% Ermäßigung)

Sollte das von Ihnen gewünschte Zimmer nicht verfügbar sein, wird sich Frau Girlich mit Ihnen in Verbindung setzen.

Mit der **Anmeldebestätigung** schicken wir eine Rechnung. Kosten ergeben sich aus Kongressgebühr (siehe rechts) und Zimmerpreis (siehe oben).

Anmeldung

Bitte senden Sie das angehängte Anmeldeformular an:

Birgit Girlich, Erlerning 33, 22927 Großhansdorf

Tel.: 0 41 02 / 67 82 82,

E-Mail: dansevilla.biggi@email.de

oder

melden Sie sich im Internet über

www.dansevilla.de an.

Nach der Anmeldung erfolgt eine schriftliche Bestätigung.

Kongressgebühr

200 Euro bei Anmeldung bis zum 15. Mai 2018

220 Euro bei Anmeldung ab dem 16. Mai 2018

Tagesgäste 110 Euro pro Tag

Stichtag ist jeweils der Eingang der Gebühr auf dem

Kongresskonto.

Kongresskonto:

Birgit Girlich

IBAN: DE38 2005 0550 1352 4512 39

BIC: HASPDEHHXXX

Bank: HASPA Hamburger Sparkasse

Stichwort: Kongress

Anmeldung/Stornobedingungen

Die Anmeldung wird gültig durch Zusendung des angehängten Anmeldeformulars oder durch Anmeldung über www.dansevilla.de und Zahlung der Kongressgebühr.

Ein kostenfreier Rücktritt bis vier Wochen vor Kongressbeginn ist möglich, danach berechnen wir den vollen Betrag.

Buchung der Übernachtung und Verpflegung

Mit dem angehängten Anmeldeformular oder über www.dansevilla.de können Sie Ihr Zimmer reservieren



Matthias Hotz, Begründer der Methode Sportwissenschaftler / Ethnologe M.A. Psychotherapie HPG, Ausbildungsleiter geb. 1958

Matthias Hotz ist seit fast 30 Jahren Leiter von Seminaren, Fort- und Ausbildungen. Er sammelte viele Erfahrungen in der Begleitung von tanzenden Menschen – gesunden und erkrankten.

Mit seiner Ausstrahlung, seiner Persönlichkeit und seinem fundierten Wissen über die tiefen Wirkmechanismen von Musik und Tanz beeindruckt und bewegt er die Menschen, die seine Seminare besuchen.

Er ist mit großer Leidenschaft 'Tanzlehrer'.

Wie wirkt DanseVita?

DanseVita wirkt vitalisierend auf Körper, Geist und Seele, es bewirkt gleichsam ein „Aufladen der inneren Batterie“.

- Durch das Zusammenwirken von Musik, Tanz und dem Erleben in der Gruppe wird Lebensfreude erfahrbar.
- DanseVita fördert eine achtsame und liebevolle Einstellung zu sich selbst, zu anderen Menschen und zur Natur.
- Die Methode stimuliert das Immunsystem und harmonisiert die körperlichen Funktionen, parallel zu seelisch-emotionaler Erneuerung.
- Schädliche Spannungen körperlicher und emotionaler Art werden abgebaut, so dass DanseVita sowohl heilsam als auch vorbeugend wirkt!

JETZT!

Achtsamkeit & Präsenz

24. – 26. August 2018

Sport- und Tagungszentrum Hachen
Am Holthahn 1
59846 Sundern-Hachen



JETZT!

Achtsamkeit & Präsenz

Was ist eigentlich Achtsamkeit?

„Achtsamkeit ist das Gewahrsein, das entsteht, wenn man im gegenwärtigen Augenblick mit Absicht die Dinge bewusst wahrnimmt, so wie sie sind, ohne zu urteilen“ (Jon Kabat-Zinn)

Zentrales Thema des DanseVita-Kongress 2018 ist die ‚Achtsamkeit‘, verbunden mit dem Erleben im ‚Hier und Jetzt‘. Diese Qualität wird auf sehr verschiedene Art und – in DanseVita – mithilfe von Musik und Tanz erfahrbar gemacht.

Denn der Tanz führt immer wieder heraus aus Gedankenkarussellen und Grübeleien, verbindet und ankert den tanzenden Menschen mit und in seinem Körper.

Dann ist auch die achtsame – alle Sinne umfassende – Begegnung mit anderen Menschen möglich.

Achtsamkeit könnte auch als ‚Herzensbewußtsein‘ umschrieben werden, da es dabei im Kern um mitfühlendes Gewahrsein geht.

In einer unruhigen Zeit lädt der DanseVita-Kongress dazu ein, Innezuhalten, Anzuhalten, Atem zu holen und immer wieder in das, was wirklich JETZT ist, zu kommen. In Tanz und Bewegung mit Musik und ebenso in der Stille.

Es liegt eine große Kraft darin, den Augenblick, in dem wir jetzt gerade leben, mit voller Bewußtheit zu ‚ertanzen‘ und nicht zuletzt:

Einfach großen Spaß zu haben!

Zu dieser Erfahrung lade ich dich sehr herzlich ein!
Matthias Hotz



Was ist DanseVita?

DanseVita wurde Ende der 80er Jahre von Matthias Hotz (Sportwissenschaftler, Ethnologe/M. A. und Psychotherapeut HPG) entwickelt. Er studierte intensiv Tanz- und Bewegungskulturen aus aller Welt.

Dieses Wissen verband er mit den Erfahrungen aus der praktischen Arbeit mit vielen Tausenden von tanzenden Menschen. So entwickelte er die Methode DanseVita: Den heilsamen Tanz des Lebens.

Eine vorläufige Themenauswahl zum Kongress:

‚Ich tanze also bin ich‘
versus ‚Ich denke, also bin ich‘!

Hamsterrad & Gedankenkarussell
Wege ins wirkliche Leben

JETZT
Tanz des wilden & kostbaren Lebens

Höhen und Tiefen
Tanzen im Spannungsfeld von Traurigkeit & Freude

Tanzend vom TUN zum SEIN

LOSLASSEN
um anzukommen

Achtsamkeit & Resilienz
kraftvoll den Stürmen des Lebens begegnen

WAKE UP
Wachheit & Präsenz im Leben, dass JETZT ist.

Batukadas & Trancetanz
tanzend andere Dimensionen des Seins erkunden

Lebendigkeit & Lebensfreude

Innehalten
tanzend den Augenblick I(i)eben

„Sitzen 3 Igel im Gummiboot“

Tanz der Glückssucher

Irgendwann ist jetzt
Tanz in den Moment – Tanz ins Leben

„Du kannst die Wellen des Lebens nicht anhalten,
aber Du kannst lernen auf ihnen zu reiten“.

(Jon Jabat-Zinn)



Kongressort

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e. V.
Sport- und Tagungszentrum Hachen
Am Holthahn 1
59846 Sundern-Hachen
Tel. 02935 / 952-0
Fax 02935 / 952-157 · E-Mail: Hachen@lsb.nrw
www.hachen.nrw

Kongresszeiten:

Freitag, 16 Uhr bis Sonntag, 16 Uhr

Anmeldung & Zimmerbuchung über:

Birgit Girlich, Erlenring 33, 22927 Großhansdorf
Tel.: 04102 / 678282 · E-Mail: dansevita.biggi@email.de

Anreise

Anreise mit dem Auto:
Aus Richtung Ruhrgebiet bzw. von Kassel über die A 44, aus Richtung Süden über die A 45 und aus Richtung Köln/Hagen über die A 46.

Lageplan siehe auch www.hachen.nrw

Anreise mit der Bahn:
Bahn bis Bahnhof Arnsberg, Haltestelle Neheim-Hüsten. Bus Linie R 25 Richtung Sundern bis Hachen „Bahnhof“. Bus Linie S 20 Richtung Sundern bis Hachen „Hachener Straße“.



bitte
freimachen

DanseVita

Birgit Girlich
Erlenring 33
22927 Großhansdorf