

FASZIEN.imTANZ® - Themen-Workshop: *Forschungslabor zu Aufrichtung & Präsenz*

07./08. November 2026 Sa, 14:30 – So, 12:30 Uhr

Bildungshaus St. Georg, **Bad Traunstein**

Was macht Präsenz aus?

Wir begeben uns auf eine Forschungsreise zur Quelle der menschlichen Aufrichtung. Wir spüren den körperlichen und mental-emotionalen Impulsen nach, versuchen, sie bereits im Ansatz wahrzunehmen und fragen nach dem „aufrichtigen Interesse“. Unterstützend gibt es anatomische Hintergrund-Infos über erstaunliche Zusammenhänge zwischen Aufrichtung und Präsenz, die wir auch über Wahrnehmungsübungen körperlich erfahren werden. Und natürlich kommen Entspannung, Tanz und Lebensfreude an diesem spätherbstlichen Retreat-Wochenende nicht zu kurz.

Inhalte und Elemente:

- Einblick in Struktur und Eigenschaften der Faszien
- Übungen zur Wahrnehmung und zum Verständnis aus der Spiraldynamik® und der Dispokinesis®
- Erforschen und Entdecken der faszialen Zusammenhänge im Körper
- Integrierendes Bewegen und freies Tanzen
- Spaß, Humor, Entspannung, kreativer Ausdruck, Austausch...

FiT mit neugierigem Blick in die Welt!

Bitte bequeme und leichte Trainingskleidung, keine Schuhe, rutschfeste Socken, Decken / Matte mitbringen; Schreibsachen, bewegungsfreudige Kleidung für einen Waldspaziergang;

Anmeldung: www.faszien-im-tanz.com

Preis: € 160,00 // Very Early Bird bis 15.6.26: € 130,00
Frühbucher bis 31.8.26: € 145,00

Ort: Bildungshaus St. Georg
St. Georg-Straße 2, 3632 Bad Traunstein NÖ
H www.georgshaus.at

