

## Mit Pflanzen tanzen

# Frühlings-Workshop



An Pfingsten: 18. (Sa.) – 20. (Mo.) Mai 2013  
in Joachimsthal bei Berlin

Im Wonnemonat Mai frei und draußen tanzen und dabei das wilde Wunder entdecken.

Wir laden dich ein, deine Kreativität und Ausdruckskraft zu wecken, und dich mit der grünen Kraft zu verbinden. Im Tanz die wilden Pflanzen sehen, riechen, schmecken und dabei Lebendigkeit spüren.

### WuTao – The Dancing Way

Basierend auf den Prinzipien der Traditionellen Chinesischen Medizin vereint WuTao Musik, Bewegung und Entspannung und bringt so die persönliche Lebensenergie (Qi) ins fließen. Zirkuliert Qi frei im Körper, sind wir psychisch und physisch gesund und fühlen uns rundum wohl. WuTao (Übersetzt „Der Tanzende Weg“) bringt dich aus deinen Kopf in deinen Körper und unterstützt dich, deinen Weg zu gehen, deinen Wünschen und Träumen Ausdruck zu verleihen und deine Gaben in die Welt zu bringen.

### Tänze für den Frühling

Im Frühlingworkshop lernen wir den Holz-Tanz und den Tao. Verbinden uns mit den Qualitäten des Frühlings: Wachstum, Kreativität und Individualität. Das Element Holz lehrt uns Ziele zu setzen und uns zu organisieren, um unsere Visionen in die Welt zu bringen. Der Tao verbindet uns mit der schöpferischen Kraft, die alles Leben durchdringt.

Auf der physischen Ebene beleben wir den Körper nach der Winterruhe, bringen unser Qi ins Fließen. Die dem Element Holz zugeordneten Organe, Galle und Leber, werden erfrischt und gestärkt.

### Die Grünen Wilden

Wildpflanzen sind die Ahnen aller Kulturpflanzen. Sie begleiten uns seit Urzeiten nahezu unverändert in ihrer außerordentlich großen Vielfalt, Fülle und Schönheit

Sie sind in ihrer Beschaffenheit und dem Zusammenspiel von inneren Komponenten und kosmischen Einflüssen weise und synergetisch angelegt.

Sie stellen uns Menschen Nahrung und Medizin für Körper, Seele und Geist zur Verfügung.

### Wildpflanzen im Mai

Jetzt stehen Brennnessel, Löwenzahn und Bärenklau in voller Kraft. Waldmeister, Wiesensalbei und Ehrenpreis blühen üppig. Düfte, Farben, Aromen und Formen betören die Sinne. Die Natur feiert ihr berauschendes Fest und wir werden mitfeiern. Mit allen Sinnen und unserem Körper werden wir die wilden Grünen aufspüren, in Kontakt gehen und so in die Begegnung tanzen.

# Frühlings-Workshop

Frühling: Wachstum \* Kreativität & Ausdruckskraft \* Pflanzen schmecken –

Die eigene Kraft entdecken

Der Workshop beginnt am Samstag um 16.00 Uhr mit einem Ritual, in dem wir uns bei den Wildpflanzen bedanken und um Hilfe und Unterstützung bitten und endet am Montag um 16 Uhr. Am Morgen wollen wir uns in die Natur begeben, den Pflanzen begegnen, mit ihnen tanzen... Nach dem Brunch um 11 Uhr ist Freizeit. Vor dem Abendessen werden wir uns bewegen, den Körper sowohl fordern als auch entspannen um am Abend in die Geheimnisse der Pflanzen einzutauchen, von – und miteinander zu lernen.

## Mahlzeiten und Verpflegung

Zwei Mal täglich bereiten wir gemeinsam leckere vegetarische Gerichte zu. Unter Verwendung sorgfältig ausgesuchter Lebensmittel aus der Region, aus kontrolliert biologischen Anbau und natürlich selbst geernteter Wildpflanzen werden wir Speisen kreieren, die die Prozesse des Wochenendes unterstützen.



## Kosten und darin enthaltene Leistungen

Preis pro Workshop: 220 € zzgl. 140 € für Unterkunft und Verpflegung  
Ermäßigt: 180 € zzgl. 140 € - bei Anmeldung **vor dem 29. April**,  
für Geringverdiener und bei der Buchung mehrerer Jahreszeiten

Die Unterbringung erfolgt im schönen Jugendgästehaus der Kommunität Grimnitz in zwei großen Mehrbettzimmern, z.T. mit Doppelstockbetten!

Im Preis enthalten sind zwei reichhaltige vegetarische Mahlzeiten, Tee / Kaffee und Kuchen, Material, sowie alle Workshop-Aktivitäten unter der Leitung von Jessica Heiler und Eleonore Gliewe. Nicht im Preis enthalten sind die An- und Abreise.

## Anmeldung und Anreise

Die Anmeldung erfolgt über das beigefügte Formular.

Der Seminarort ist mit dem ÖNV zu erreichen, die Reisezeit ab Berlin beträgt max. 90 Minuten. Nähere Information zur Anreise erhalten Sie nach der Anmeldung.



## Teilnahmevertrag (Verbindliche Anmeldung)

### Zwischen

_____ Name	_____ Vorname
_____ Straße / Hausnummer	_____ PLZ / Wohnort
_____ Telefon	_____ E-Mail

### und den Veranstaltern

Jessica Bianca Heiler  
Leben in Einheit,  
Erich-Mühsam-Str. 3  
16225 Eberswalde

Eleonore Gliewe  
Wildpflanzen & Naturerfahrung  
Finkenweg 4a  
16259 Wölsickendorf

über die Teilnahme am

\_\_\_\_\_  
Workshop-Titel

\_\_\_\_\_  
Vom (Datum)

\_\_\_\_\_  
Bis zum (Datum)

**Seminargebühr:**     220 EUR,     180 EUR ermäßigt, jeweils zuzüglich 140 € für  
**Unterkunft und Verpflegung**

Die Seminarkosten (220€/180€ ermäßigt) überweisen Sie bitte auf folgendes Konto:  
Jessica Bianca Heiler, Kto. Nr. 1130765700, BLZ: 43060967 GLS Gemeinschaftsbank eG, oder  
Eleonore Schrank, Kto. Nr. 280 4469 339 BLZ 100 500 00 Berliner Sparkasse.  
Die Gebühr für Unterkunft und Verpflegung ist bar vor Ort zu entrichten.

Zu Ihrer eigenen Sicherheit informieren Sie bitte die Kursleiter über bestehende Beschwerden oder Krankheiten. Als Teilnehmer entscheiden Sie selbst ob sie physisch und psychisch in der Lage sind an den Workshop-Aktivitäten teilzunehmen. Die Teilnahme erfolgt somit auf eigene Verantwortung. Für Garderobe und Wertsachen kann keine Haftung übernommen werden.

Die Anmeldung ist nach Eingang der Seminargebühr und des Anmeldeformulars gültig. Bei Absage von weniger als 14 Tagen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Verwaltungsgebühr von 50 € einbehalten.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer