

Zeit für mich für innere Ruhe und Kraft

Kreativer Tanz & Heilsame Bewegung
Jahresgruppe 2026/2027



10.-12. April 2026 — Frühlingswochenende

19.-21. Juni 2026 — Sommerwochenende

2.-4. Oktober 2026 — Herbstwochenende

15.-17. Januar 2027 — Winterwochenende

**Eine bewusste Auszeit.
Das Leben wieder spüren.
In Verbindung sein. Mit mir, den
Anderen, und der Natur. Erholung
für die Sinne, Entspannung für das
Nervensystem, Ressourcen
erkennen und stärken, Resilienz
aufbauen. Lauschen auf das,
was mein Körper mir sagt.
Spüren, was mir genau jetzt guttut.**

Vier Wochenenden freier, kreativer Tanz und nährnde, heilsame Bewegung unterstützen dich und geben dir Impulse für den Alltag, mit Elementen aus der Holistischen Tanztherapie, Continuum und sensitivem Yoga. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du bist willkommen, so wie du bist. Es geht nicht darum, bestimmte Schrittfolgen oder eine Methode zu erlernen, sondern dem eigenen Bewegungsfluss zu folgen. Selbsterfahrung und Stärkung der Intuition stehen im Mittelpunkt. Wir wollen unsere Körperweisheit wecken, anknüpfen an das, was wir intuitiv schon wissen, unsere Lebendigkeit spüren und unsere Kreativität wieder entdecken.



Wir haben ein einfaches, ruhiges Seminarhaus auf dem Land ganz für uns, mit einem wunderbaren hellen Tanzraum mit Holzboden und Fußbodenheizung. Es befindet sich an einem kraftvollen Ort im Nördlinger Ries am Kraterand, eine einzigartige Landschaft. Es gibt leckeres vegetarisches Essen, frisch zubereitet, vorwiegend bio & regional.



Ablauf

Freitag: Nachmittags ankommen, Zimmer beziehen, Abendessen, danach starten wir mit Tanz.

Samstag: 2 Kurseinheiten (eine Einheit draußen, je nach Wetter).

Sonntag: 1 Kurseinheit, Mittagessen, Abschlusskreis und -tanz (Ende ca. 15:30).

Kosten & Bedingungen

Jahreskurs mit 4 Wochenenden inklusive Übernachtung & Verpflegung: 1400 Euro
Anzahlung bei Anmeldung: 150 Euro
(entspricht den Stornogebühren)
Einzelzimmerzuschlag: 60 Euro je Wochenende.

Das erste Wochenende ist das Kennenlern- und Entscheidungswochenende: 395 Euro inklusive Übernachtung & Verpflegung, jedes weitere 335 Euro.



Leitung:
Solveig Marita Bissinger
Tanzpädagogin,
Leiterin für Kreativen
Tanz und Heilsame
Bewegung,
Holistische Tanz- und
Bewegungstherapeutin



www.solveig-bissinger.de

Info und Anmeldung:

E-Mail: info@solveig-bissinger.de

Telefon: +49 89 43630078