



# Programm 2024



## Der offene Kreis (Am Sender)

Für alle Tanzbegeisterten und diejenigen, die es werden wollen. Eine leichte Gelegenheit, den Tanz des Lebens kennenzulernen.

**Montags** von 19:30 – 21:30 Uhr, einmal monatlich

**Termine:** 01.01. (Neujahr), 05.02., 04.03., 06.05., 03.06., 01.07., 05.08., 02.09., 07.10., 04.11., 02.12.

**Ort:** im Seminarraum vom Gewerbepark Am Sender, 4. OG, Am Sender 1, 56070 Koblenz

**Kosten:** 20€.

## Offene Abende im Kloster

Menschen aller Altersgruppen ohne Biodanza-Erfahrungen sind hier besonders eingeladen, Biodanza auf leichte Art und Weise kennenzulernen.

**Donnerstags** von 19:00 – 20:30 Uhr, einmal monatlich

**Termine:** 15.02., 14.03., 25.04., 27.06., 11.07., 31.10., 21.11., 12.12.

**Ort:** Gymnastikraum des Klosters Arenberg,  
Cherubine-Willimann-Weg 1, 56077 Koblenz-Arenberg.

**Kosten:** 16€ / 12€ für Kloostergäste.



## Feste Gruppe

Die kontinuierliche Gruppe bietet die nötige Intimität und den schützenden Rahmen für persönliches Wachstum in der Begegnung mit sich selbst und anderen. Für Tänzerinnen mit Vorerfahrung in Tanz & Selbsterfahrung sowie Lust und Mut zu persönlichem Wachstum.

**Donnerstags** von 19:00 – 21:00 Uhr (14-tägig, in Form von Blöcken)

**Termine:** Jeder Block beginnt mit einem offenen Abend zum Kennenlernen der Gruppe.

1. Block: 11.01. (offen), 25.01., 08.02., 22.02., 07.03., 21.03., 04.04. (115€)

2. Block: 18.04. (offen), 02.05., 16.05., 06.06., 20.06., 04.07., 18.07. (115€)

3. Block: 22.08. (offen), 05.09., 26.09., 10.10., 24.10., 14.11., 28.11., 05.12., 19.12. (145€)

**Ort:** Rhein-Mosel-Werkstatt (RMW), Ernst-Sachs-Str. 10, 56070 Koblenz

**Kosten:** Block á 7 Abende 115,00 €, Block á 9 Abende 145,00€

### Kontakt & Anmeldung:

Reinhild Bode, Tel.: 02620-9548954, E-Mail: [info@biodanza-koblenz.de](mailto:info@biodanza-koblenz.de), Web: [www.biodanza-koblenz.de](http://www.biodanza-koblenz.de)



# Workshops und Seminare

## Oasentage zum Auftanken und Regenerieren

Ein Tag für Dich, um in wohliger Atmosphäre aufzutanken. Ein Tag, der Dich daran erinnert, das Leben zum Tanz werden zu lassen und Dir Lebendigkeit und Lebensfreude schenkt. Ein Tag zum Auszuatmen und Entspannen. Ein Tag voller nährender Begegnungen mit Menschen, die sich für das Wunder des Lebens öffnen.

**Termine:** 23.03. und 12.10., von 10:00 – 17:00 Uhr mit gemütlichem Ausklang.

**Ort:** Kloster Allerheiligenberg, Am Allerheiligenberg 63,56112 Lahnstein.

**Kosten:** Frühbucher (bis 4 Wochen vor Seminarbeginn) 78€, danach 88€.



## TanzLust - sechster Biodanza Begegnungstag

Wie Guy de Maupassant treffend sagte: *"Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen."* Und genau das möchten wir – Petra, Klaus und Reinhild - gemeinsam mit Euch zelebrieren: wertvolle Begegnungen und einzigartige Momente des Miteinanders mit all den wunderbaren Menschen aus unserer Region.

**Termin:** 14.04., von 10:00 – 17:00 Uhr.

**Ort:** Am Sender 1, 56070 Koblenz .

**Kosten:** 60€ (incl. Kaffee/Tee), kulinarischer Beitrag zum Buffet erwünscht.

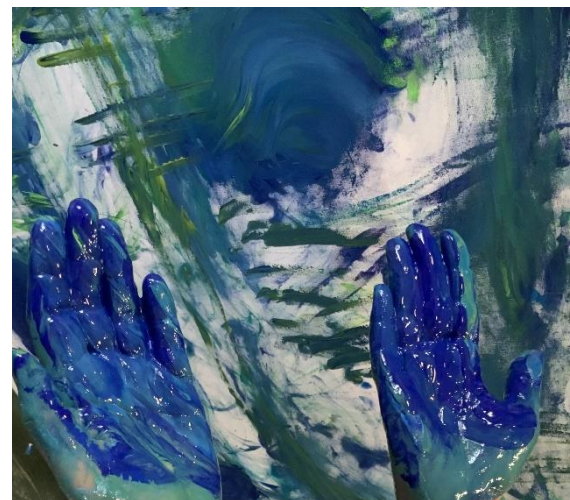
## Kreativ-Wochenende

Für alle Gemeinschaftsliebenden, die sich und ihre Ideen in die Gruppe einbringen und zu einem bunten Miteinander weben möchten. Eingebettet in Biodanza-Vivencias ist von Spiel, Impro-Theater, kreativem Schreiben, Wandern, am Lagerfeuer singen bis hin zu Meditation und Massage alles drin. Entdecke das kreative Potential in Dir!

**Termin:** 19. – 22.09.2024 (ab 17:00 Uhr)

**Ort:** Burg Waldeck, 56290 Dorweiler bei Uhler.

**Kosten:** ca. 45€/EW Organisationspauschale, zzgl. U/VP + Endreinigung. Kinder erhalten altersentsprechend Ermäßigung.



### Kontakt & Anmeldung:

Reinhild Bode, Tel.: 02620-9548954, E-Mail: [info@biodanza-koblenz.de](mailto:info@biodanza-koblenz.de), Web: [www.biodanza-koblenz.de](http://www.biodanza-koblenz.de)



## Specials

### Für's Leben führen - Die Kraft des (Ur-)Weiblichen entdecken (Frauen-Retreat)

Im Herzen des Odenwaldes, an einem Ort der Ruhe und der Kraft, lassen wir uns durch das gemeinsame Tanzen, durch menschliche Begegnungen und durch die uns umgebende Natur inspirieren, nähren, verwandeln. Wir gehen auf eine Forschungsreise zu uns selbst und finden unseren ganz persönlichen Ausdruck für unsere (ur-)weibliche Kraft. Es erwartet uns eine Mischung aus Tanz, verschiedenen Impulsen und Übungen sowie Begegnungen mit der Natur.

**Termin:** 09. – 12.05.20234

**Ort:** Seminarhotel Seidenbuch im Odenwald

**Leitung:** Reinhild Bode, Biodanza – Tanz des Lebens

**Kosten:** 200€, zzgl. Übernachtung & Kosten für Selbstverpflegung.

### Der Baum der Wünsche

Ein Biodanza-Wochenende zusammen mit Meike Staudt

An diesem Wochenende kommst Du Deinen tieferen, in Dir liegenden Wünschen näher: Wünschen, die aus Deinem Herzen wachsen und Dich auf Deinem ganz eigenen Weg beflügeln. Ein für Dich ausgewähltes Ritual unterstützt Dich dabei, Deinen Wunsch auszudrücken und ins Leben zu tragen. Ein sehr stärkendes und nährendes Wochenende, das Dich in tiefen Kontakt mit Dir bringt und die unterstützende Kraft der Gruppe spüren lässt.



**Termin:** 05. – 07.07.2024

**Ort:** Arche Noah Marienberge, Albert-Schmidt-Weg 1, 57581 Katzwinkel-Elkhausen.

**Leitung:** Meike Staudt und Reinhild Bode (Biodanza-Freundinnen und -Lehrerinnen).

**Kosten:** 210€ Seminargebühr plus U/VP ab 145€ mit WC/Dusche in EZ/DZ.

### Wiedergeburt – heilsame Tänze und Ritualarbeit

Ein Biodanza-Wochenende zusammen mit Gabriele Freyhoff

Jede Geburt ist ein Wunder, und wir sind dieses Wunder! Gleichzeitig ist eine Geburt ein großes Ereignis: Das Neugeborene verlässt die schützende, wärmende Umgebung der Gebärmutter; es atmet zum ersten Mal. Durch Rituale der Wiedergeburt treten wir in Resonanz mit unserem Ursprung und nähren uns mit der Kraft des Lebens hin zu einem Weg von Freiheit, Optimismus und Lebensfreude.

**Termin:** 25.-27.10.2024

**Ort:** Wilde Rose, Borgholzhausenerstr. 75, Melle

**Kosten:** 230,-€ + 148-/198,-€ U/VP

#### Kontakt & Anmeldung:

Reinhild Bode, Tel.: 02620-9548954, E-Mail: [info@biodanza-koblenz.de](mailto:info@biodanza-koblenz.de), Web: [www.biodanza-koblenz.de](http://www.biodanza-koblenz.de)