



SUSANNE ANDERS BARTHOLOMÄI

ist Dipl.Psychologin und Tanzpädagogin. Seit über 20 Jahren leitet sie Tanzseminare und Tanzreisen sowie Fortbildungsgruppen und Aufbautrainings für TanzMeditation.

Ihre Arbeit basiert auf mehrjährigen, intensiven Ausbildungen in Meditativem Tanz und Tanzpädagogik sowie in Psychotherapie. Langjährige Erfahrung in Körperarbeit und Meditation ermöglichen ihr eine besondere Herangehensweise an den Tanz als Selbsterfahrung und als spirituellen Weg. In der Findhorn Gemeinschaft in Schottland hat Susanne ihr Zuhause gefunden.

[info@tanzmeditation.de](mailto:info@tanzmeditation.de)



FORTBILDUNG  
OKTOBER 2019  
- JUNI 2020



## TANZMEDITATION FORTBILDUNG SUSANNE ANDERS BARTHOLOMÄI

HAUS AM SCHÜBERG, AMMERSBEK  
CHRISTOPHORUSHAUS AM RATZEBURGER SEE

17.10.2019 - 28.6.2020

Diese Fortbildung im Haus am Schüberg und im Christophorushaus ist eine konsequente Weiterentwicklung der seit 1997 am Osterberg - Institut stattfindenden Fortbildungsgängen in TanzMeditation. Die Ausrichtung von fünf verlängerten Wochenenden soll einem vertieften Erleben dienen und richtet sich an Interessierte mit Vorerfahrung im Meditativen Tanz.

**Wir suchen nach Harmonie im Tanz**, nicht nach Perfektion. Harmonie wird sichtbar, wenn sich die Hingabe an eine Gebärde in der Achtsamkeit des Schrittes spiegelt, wenn die eine Seite des Körpers ihre Entsprechung in der anderen findet, wenn der Aufrichtung die Ausrichtung folgt und wenn wir dem Geheimnis der Spirale nachspüren.

**Bei allem**, was auf äußeren Ebenen im Tanz gelernt werden kann, ist es die Neugier auf die eigenen inneren Prozesse, die den Weg bereitet, das Potenzial eines Tanzes mehr und mehr zu erschließen. Eine Herangehensweise, welche das innere Suchen und Finden widerspiegelt, schafft immer neue Erfahrungsräume und hilft, die eigene Authentizität im Tanz zu finden. Wir nutzen im Tanz unsere Sinne als Objekt der Aufmerksamkeit: Hören, Fühlen, Sehen, Berühren. Die Wahrnehmung dessen kann uns vollständig erfüllen, Gedanken treten in den Hintergrund, eine wache und entspannte Gegenwärtigkeit erfrischt und nährt uns.

Die intensive Arbeit an ausgewählten Tänzen führt auf einen Weg der Vertiefung, der von den Teilnehmenden selbstständig auf andere Tänze ihres Repertoires übertragen werden kann. Choreographierte Tänze von Nanni Kloke, Friedel Kloke-Eibel, Gabriele Wosien und Bernhard Wosien werden ergänzt durch traditionelle Tänze aus Griechenland, dem Balkan, Armenien und der Roma-Tradition.



**Die Methoden** zur Entwicklung der tänzerischen Ausdrucksfähigkeit umfassen:

- Einführung in die „Meditation en croix“: Ausrichtung, Ausrichtung, Spirale und die Umsetzung im choreographierten Tanz
- Körperarbeit zu Bodenkontakt, Beweglichkeit, Entspannung und Öffnung
- Wahrnehmungsübungen und Gebärden-Meditation. Entwicklung von Achtsamkeit und Präsenz, liebevolle Erforschung der eigenen Innenräume, Berührung und Kontakt mit Anderen

**Ziel der Fortbildung** ist u. a. eine wachsende Verkörperung des Tanzes, die Öffnung zur Musik und ihrer energetischen Kraft, die Hinführung zum befreiten und beseelten persönlichen Ausdruck im Tanz, eine sichere selbstständige Anwendung von Tanztechnik und Körperarbeit, sowie die Stärkung des Selbstvertrauens als Tänzer/in.

### Veranstaltungsorte: Haus am Schüberg in Ammersbek und Christophorushaus am Ratzeburger See

1. Modul Do 17. - So 20. Oktober 2019
2. Modul Do 5. - So 8. Dezember 2019
3. Modul Do 30. Januar - So 2. Februar 2020
4. Modul Do 9. - Mo 13. April 2020
5. Modul Do 25. Juni - So 28. Juni 2020

Beginn jeweils mit dem Abendessen 18:30 Ende nach dem Mittagessen 13:30

Kursgebühr Euro 1440,-

- + Pensionskosten Haus am Schüberg
- + Pensionskosten Christophorushaus

- Haus am Schüberg, Ammersbek  
Christophorushaus am Ratzeburger See  
Haus am Schüberg, Ammersbek  
Christophorushaus am Ratzeburger See  
Haus am Schüberg, Ammersbek

- Euro 258,- DZ, Euro 276,- EZ Modul 1, 3 und 5, Do – So  
Euro 205,50 DZ Euro 229,50 EZ Modul 2, Do – So  
Euro 276,- DZ, Euro 308,- EZ Modul 4, Do – Mo

Preisliste vom 10.05.2018 gültig bis zur nächsten Preiserhöhung

Anmeldung: Sabine Quilitz Baldurstrasse 4 51107 Köln Tel: 0221 - 864479 sabine@tanzmeditation.koeln