

TANZ ALS MEDITATION

Leichtigkeit des Seins erleben

KURSNUMMER: OUC 21
KURSZEIT: ca. 4,5-5 Std./Tag
PREIS: € 1060



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

Beate Glauner-Klos:

ist Meditationsleiterin, seit 18 Jahren
Dozentin für Meditation des Tanzes /
Sacred Dance, ausgebildet bei
Friedel Kloke-Eibl, Mitglied beim
Institut Meditation in Bewegung
Nanni Kloke - und bietet seit vielen
Jahren Kurse in Meditation des
Tanzes für die kfd der Diözese
Freiburg an.

Verena Baldinger:

ist Medizinerin, Dozentin für
Meditation des Tanzes / Sacred
Dance, ausgebildet am
Ausbildungsinstitut Friedel Kloke-Eibl,
Mitglied beim Institut Meditation in
Bewegung Nanni Kloke, ausgebildete
Yogalehrerin (Sapta Yoga, Hatha-
Yoga, Ayur-Yoga).

30.08.2025 - 06.09.2025

Zwischen Erde und Himmel sein,
ganz da sein,
die Kraft der Gemeinschaft erfahren.

Den Sommer feiern als tiefe Zusage
sein zu dürfen vor aller Leistung
Erholung und Ausspannen genießen
Spiel und Humor im Tanz entwickeln.
nach Pierre Stutz

Tanzen und Singen verändern die Schwingung und reinigen die Seele.
Wenn dies verbunden ist mit Meditation, Yoga, Stille und Gebärden,
ergänzt sich eine Dimension von Tiefe, die unserer Seele guttut und uns
erfüllt und auftankt. Die Choreografien der Tänze stammen von Nanni und
Friedel Kloke, die ein umfangreiches Repertoire entwickelt haben, das
Leben als Klang- und Bewegungserlebnis zu tanzen.

Die Griechen verehrten Helios (= Apoll), der tanzte, sang und auf der Harfe
spielte, Von den Kelten wurden an Sonnen-Festtagen Freudenfeuer
angezündet und Kreistänze zu Ehren der Sonne getanzt. „Sonne, so sei du
auch mir die Schöpferin herrlicher Tage!“. Auf dieser bezaubernden Insel
tanzen wir für die Sonne, für das Meer, die herrliche Luft, die Natur und für
unser Herz. So entstehen Lebensfreude, Lust an Bewegung, gepaart mit
wundervoller Leichtigkeit. Stille und Atem begleiten unser schöpferisches
Auftanken, geborgen in einer Gruppe.

Unser Tagesablauf und unser Programm:

Vor dem Frühstück beginnen wir den Tag um 8.00- 8.30 mit leichten
Körper- und Yogaübungen zum sanften Aufwachen. Eine Meditation führt
uns nach innen zu uns selbst und unseren Träumen. So schmeckt das
leckere Frühstück auf Corfu noch viel besser.

Wir tanzen vormittags von 10.00 – 12.30 und am frühen Abend 17.00-19.30 und integrieren Gebärden, Stille und Achtsamkeitsübungen.

Der Nachmittag ist frei, um das herrliche Meer zu genießen, die Seele baumeln zu lassen oder Ausflüge nach Kerkyra (Korfu-Stadt), Paleokastritsa, Sidari, Perithia an der Südküste zu machen zu machen.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
Gegen Aufpreis:
 - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50 € - 100 € pro Person & Woche
 - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30 - 40 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu