

-weibsbilder -

das Biodanza-Wochenende für Frauen 2021 ist eine Einladung an Frauen, die gerne tanzen,

- die das Einzigartige ihrer Weiblichkeit neu entdecken und ihre Sinnlichkeit und Schönheit mit allen Sinnen wahrnehmen wollen,
- die sich mit den eigenen Kraftquellen, mit der Weisheit des Körpers und dem uralten Wissen der Intuition verbinden. Die ihrem Herzen als Ratgeber vertrauen und folgen und damit ihre Vitalität stärken und ihre Lebensfreude - wieder- beleben.
- Die tanzend im Kreis der Frauen eine vertraute Gemeinsamkeit finden, wo Worte gar nicht nötig sind, sich aber auch verbal austauschen, unterstützen und stärken,
- die kreative Ausdrucksformen nutzen - frei, schöpferisch eigensinnig und zutiefst individuell, um dann genährt und voller Inspirationen in den Alltag zurückzukehren.

Biodanza (spanisch Tanz des Lebens) bietet die Möglichkeit, von Melodie und Rhythmus getragen, frei und ohne feste Schrittfolgen zu tanzen.

Jede Vivencia (span. „Erleben im Hier und Jetzt“) ist anders und ermöglicht, sich zu fühlen und zu erleben, einander zu begegnen, die Andersartigkeit zu spüren und als Vielfalt zu schätzen und im geschützten Rahmen der Gruppe ganz neue Erfahrungen zu machen.

Die Musik, zu der man/frau sich bewegt, ist so unterschiedlich wie die Stimmungen und Gefühle, die wir kennen. Mit Hilfe der emotionalen Kraft der Musik kommen wir unseren Gefühlen, Wünschen und Visionen näher. Sie wahrzunehmen und zu tanzen, kann der erste Schritt sein, sie auch im Alltag zu leben.

Biodanza ist gedacht für Menschen aller Altersgruppen, die sich gerne zur Musik bewegen. Sie brauchen keine besonderen Vorkenntnisse oder Fähigkeiten, leichte Handicaps sind keine Einschränkung. Denn jede Frau, die gehen kann, kann auch tanzen.

Und dabei gibt es kein richtig oder falsch, sondern ‚nur‘ ein SO BIN ICH!

*Niemand kann dir nehmen,
was du einmal getanzt hast!*

-weibsbilder -

*eigensinnig, eigenwillig
außergewöhnlich !*

*das Biodanza -
Wochenende für Frauen*

12.- 14.11.2021

Seminarhaus Nohner Mühle, Nohn (Eifel)

*Edith Ohlendorf & Martha Reif-Kändler
Biodanza-Lehrerinnen*

Edith Ohlendorf, Erkrath

Jahrg. 1952; verheiratet, Mutter einer erwachsenen Tochter und Großmutter von Emil und Lotta

Biodanza-Lehrerin, Kreative Tanz- und Bewegungstherapeutin (zkw-tk)

Kreative Leibtherapeutin i.A.

Leitet seit Jan. 2005 verschiedene Biodanza-Kurse im Großraum Düsseldorf und gemeinsam mit Martha das Frauenprojekt in der Nohner Mühle sowie Tanztherapeutische Angebote.

Tel. 02104-45476 edithohlendorf@gmx.de

www.biodanza-edith.de

[www. Tanztherapie-Ohlendorf.de](http://www.Tanztherapie-Ohlendorf.de)

Martha Reif-Kändler, Nohn (Eifel)

Jahrg. 1952; verheiratet, Mutter von zwei erwachsenen Kindern, Oma von Lucie, Liam und Lenie

Leitet seit über 20 Jahren das Seminarhaus Nohner Mühle und bietet dort auch Biodanza-Kurse an.

Tel. 02696-1314

Nohner.muehle@web.de

www.nohnermuehle.de

Die 3 ½ jährige Ausbildung zur Biodanza-Lehrerin, die wir an der Frankfurter Schule von Cristina Arrieta absolvierten, brachte uns vor 19 Jahren zusammen.

Seit 16 Jahren leiten wir gemeinsam das Biodanza-Frauen-Projekt, das jährlich an jedem 2. November-wochenende in der Nohner Mühle stattfindet.