

Erfolg und Erfüllung im Beruf durch Biodanza

Wie durch das Entdecken der eigenen Handlungsfähigkeit und die Kraft der Kooperation neue Wege beginnen können

Bildungsurlaub

Was ist Biodanza?

Biodanza ist eine körper- bewegungs- und erlebnisorientierte Methode, die durch Musik, Tanz und Begegnungen in der Gruppe die Entfaltung der menschlichen Potentiale fördert sowie den Zugang zu einem zufriedeneren und ausgeglicheneren Leben ermöglicht. Die Tänze in Biodanza folgen keiner festen Schrittabfolge, sondern sind ein freier, spontaner Ausdruck des persönlichen Erlebens. Es gibt Tänze für sich selbst, zu zweit oder in der Gruppe.

Lebendigkeit, Kreativität, sowie Handlungs- und Umsetzungskompetenz können als essenzielle Qualitäten des Lebens erfahren werden und dadurch Ihren beruflichen Erfolg stärken.

Warum Biodanza? Mehr Erfüllung für Sie selbst und freudvollere Zusammenarbeit im Team!

Biodanza stärkt ein authentisches und selbstbewusstes Auftreten. Durch mehr persönliche Ausdruckskraft und innere Klarheit wächst Ihr Mut zum aktiven Mitgestalten. Dies ermöglicht Ihnen Ihre persönlichen Kompetenzen und Fähigkeiten gezielter in Ihr Team einzubringen und Ihre Ressourcen und Potentiale für die leichtere Bewältigung der beruflichen Aufgaben aktiv zu nutzen.

Für das Team bedeutet dies eine erfolgreichere und damit zufriedenstellendere Zusammenarbeit. Durch die Anerkennung der menschlichen Vielfalt und der verschiedenen Begabungen im Team entsteht mehr Wertschätzung, und eine kooperative Zusammenarbeit wird möglich. Biodanza fördert den Zugang zu Verbundenheit und einer gelungenen Kommunikation mit unseren Mitmenschen und Arbeitskolleg*innen. Qualitäten wie Mitgefühl, Solidarität und Unterstützungswille können so mehr und mehr im Team erlebt und geteilt werden und ein gemeinsames, freudvolles und erfolgreiches Arbeiten entstehen lassen.

Was erwartet Sie in diesem Bildungsurlaub?

In diesem Bildungsurlaub können Sie durch Biodanza Ihren eigenen Handlungshorizont tänzerisch neu erforschen. In sowohl theoretischen als auch praktischen Einheiten betrachten Sie Ihre persönlichen Stärken und erforschen Ihr Entwicklungs-Potential. Wo liegen Ihre privaten sowie beruflichen Ressourcen? Welche Ihrer Fähigkeiten sind wertvoll für das Team? Wie sieht ein gut regulierter Arbeitstag aus?

Biodanza als körper- und erlebnisorientierte Methode ermöglicht Ihnen auf neue Art und Weise Zugang zu sich selbst und Ihrem Körper zu erfahren. Seinen Impulsen zu lauschen hilft uns dabei, gesunde Antworten auf die Fragen unseres Lebens zu finden.

Seminarnummer:	820824
Termin:	08.09. – 13.09.2024
Seminardauer:	Sonntag 18.00 Uhr – Freitag 13.30 Uhr
Ort:	Haus Insel Reichenau, Bodensee
Preise:	945,- € inkl. Ü/VP im DZ EZ-Zuschlag 80,00 € insgesamt 1.145,- € für Einrichtungen/ Firmen

Dozentinnen:

Hanna Gaede und Chiara Vogelsang sind Biodanzaleiterinnen nach dem System Rolando Toro (Biodanzaschule SRT Münster)

Hanna Gaede ist zudem approbierte Ärztin. Durch ihre Tätigkeit in der Allgemeinmedizin und die dreijährige Ausbildung zur Biodanzaleiterin ist es ihr ein großes Anliegen geworden, Menschen dabei zu unterstützen ein gesundes und erfüllendes Leben zu führen. Sie leitet eine Biodanzagruppe in Hildesheim, gibt Vertiefungsworkshops und hält Vorträge.

Chiara Vogelsang ist zusätzlich zu Ihrer Tätigkeit als Biodanzaleiterin Bewusstseins- und Energietherapeutin. Sie begleitet Erwachsene und Kinder in ihrer Praxis dabei, die Möglichkeiten ihres Veränderungspotentials für die Gestaltung eines glücklichen und erfüllten Lebens auf allen Ebenen zu nutzen und umzusetzen. Sie leitet eine wöchentliche Biodanzagruppe in Oldenburg und gibt Biodanzakurse für Studierende an der Universität.

Teilnehmende: 10-16

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Nicht im Preis enthalten ist die Anreise.

Die Dozentinnen:

Hanna Gaede



Chiara Vogelsang



Seminarinhalte

- Vermittlung der biozentrischen Prinzipien von Biodanza und Übertragung auf die Arbeitswelt
- Sie entwickeln Verständnis für das Zusammenwirken von Körper und psychischem Befinden
- Sie lernen die physiologischen Rhythmen des Lebens kennen und ihre Zusammenhänge mit dem neurovegetativen Gleichgewicht
- Sie lernen die enge Verknüpfung von Erfüllung, Erfolg und persönlicher Gesunderhaltung kennen
- Sie vergrößern spielerisch das eigene Bewegungsrepertoire und erforschen ihre (tänzerischen) Ausdrucksmöglichkeiten
- Durch die Arbeit in Kleingruppen erleben Sie die Kraft der Kooperation und die Freude an Zusammenarbeit
- Sie erleben einen Raum, in dem Erfahrungen von Lebensfreude, Sinnlichkeit, Kreativität, Wertschätzung und Unterstützung Einlass finden

Nutzen

- Sie entdecken Ihre Handlungsmöglichkeiten und Ihre Gestaltungsfreude, was zu mehr beruflicher Zufriedenheit führt
- Anerkennung des Mehrwertes von Zusammenarbeit und dadurch Förderung der Fähigkeit von Wertschätzung und Dankbarkeit im Team
- Sie üben sich in Ihrer Fähigkeit von Mitgefühl sowie des Lesens der nonverbalen Kommunikation Ihrer Kolleg*innen, wodurch das harmonische Miteinander im Team gestärkt wird und Freude am gemeinsamen Arbeiten entsteht
- Sie stärken Ihre Selbstwahrnehmung und vertiefen dadurch Ihre Fähigkeit zu Selbstregulation, um in herausfordernden Situationen mehr Resilienz zu erleben
- Sie verstehen die physiologischen Grundlagen unseres Nervensystems und der neuroendokrinen Abläufe unseres Körpers und lernen daraus persönliche Schlüsse für Ihren gesund gestalteten Alltag zu ziehen

Übernachtung/Verpflegung

Ein gelassen-maritimes Lebensgefühl und südländische Lebenslust – freuen Sie sich auf eine unvergessliche Zeit im Seminarhaus Insel Reichenau. Von einer blühenden Landschaft aus Weinreben, Kräuter- und Gemüsegärten umgeben, befindet sich das Haus in einzigartiger Lage direkt am Bodensee. Mit seinem eigenen Badestrand, großzügigen Terrassen mit Blick zum See und einer weitläufigen Grünanlage lädt der Ort zum Verweilen ein.

Es empfängt Sie ein überwältigender Seeblick bis zum Schweizer Ufer und beruhigendes Wellenrauschen. Wohltuende Weite, Genuss und Entspannung werden hier von Anfang an erfahrbar.

Alle Zimmer sind mit eigenem Bad ausgestattet. Sie können zwischen Einzel- und Doppelzimmern wählen.



Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Sonntag um 18.00 Uhr mit einem gemeinsamen Abendessen und endet am Freitag gegen 13.30 Uhr mit dem Mittagessen.

Anreise mit dem Zug

Sofern Sie mit dem Zug anreisen, müssen Sie am Bahnhof Radolfzell oder am Bahnhof Singen in den Nahverkehrszug „Seehas“ umsteigen.

Bitte fahren Sie bis zum Bahnhof „Reichenau (Baden)“. Von dort besteht eine Busverbindung zum Seminarhaus Insel Reichenau. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig über die Fahrzeiten der Buslinie 204 bis Haltestelle Mittelzell Königsegg. In der Regel fahren die Busse halbstündlich bis stündlich. Günstige Zugverbindungen finden Sie ab 6 Monate vor Reisebeginn unter www.bahn.de.

Anreise mit dem Auto

Von der Autobahn A 81 kommend verlassen Sie die Strecke Stuttgart-Singen an der Ausfahrt Konstanz. Folgen Sie der B33 Richtung Konstanz und biegen Sie an der Abzweigung „Schweiz-Insel Reichenau“ rechts ab. Schon an der nächsten Kreuzung erreichen Sie rechts über die breite Pappelallee die Insel.

Kurz nach dem Ortseingangs-Schild sehen Sie auf der rechten Seite die Kirche „St. Georg“ (ein Wahrzeichen der Insel). Etwa auf Höhe der Kirche biegen Sie links ein in die „Oberzeller Straße“. Folgen Sie dem Straßenverlauf für 1,9 km. Dann biegen Sie links in die Markusstraße (Sackgasse, Richtung See) ein. Am Ende der Sackgasse, nach ca. 300 m, liegt die Familienferienstätte Haus Insel Reichenau.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

