BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Erfolg und Erfüllung im Beruf durch Biodanza

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

Bildungsurlaub / Bildungszeit

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.

Die Dozentinnen Chiara Vogelsang und Jutta Strätz

Seminarnummer:	820825
Termin:	02.11. – 07.11.2025
Seminardauer:	Sonntag 18.00 Uhr – Freitag 13.30 Uhr
Ort:	Borkum

Bitte beachten Sie auf der Rückseite die Hinweise zur Anreise mit der Fähre.

Preise:	815,00 € (Ü/VP im DZ) 1.015,00 € für Einrichtungen/Firmen EZ-Zuschlag: 100,00 € insgesamt
Dozentinnen:	Chiara Vogelsang und Jutta Strätz

Chiara Vogelsang ist Biodanzaleiterin nach dem System Rolando Toro (Biodanzaschule SRT Münster).
Zusätzlich zu dieser Tätigkeit ist sie 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.

Jutta Strätz ist zertifizierte Biodanzaleiterin (System Rolando Toro) und leitet eine regelmäßige Biodanza-Gruppe. Mit der Weiterbildung „Das Minotaurus-Projekt“ sowie ihrer Abschlussarbeit zu diesem Thema hat sie sich intensiv mit den transformativen Möglichkeiten von Biodanza zur Überwindung von Ängsten auseinandergesetzt.
Sowohl als Biodanzaleiterin als auch als Architektin ehemals in internationalen Teams sieht sie ihre Berufung darin, Menschen zu ermutigen und zu begleiten, ihr Leben selbstbestimmt und erfüllend zu gestalten. Sie inspiriert dazu, Chancen und Herausforderungen mit Energie und Mut anzunehmen und sich im Fluss des Lebens weiterzuentwickeln.

Teilnehmende: 10-18

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

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 Bewegungs-repertoire 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

Die besondere Lage der Seminarunterkunft auf der Nordsee-insel Borkum ist bestens dazu geeignet, zur Ruhe zu kommen und mehr mit sich selbst in Kontakt zu treten.
Sie wohnen in der Familienbildungsstätte Haus „Alter Leuchtturm“ im Zentrum von Borkum in ruhiger Lage. Der Strand, das Gezeitenland sowie alle wichtigen Geschäfte sind in wenigen Gehminuten zu erreichen.
Im Preis inbegriffen ist die Übernachtung im Doppelzimmer mit Dusche/WC.
Die Übernachtung im Einzelzimmer mit Dusche/WC ist gegen einen Aufpreis möglich.
Vereinzelt können auch Doppelzimmer als Einzelzimmer belegt werden.
Sie werden im Haus in Vollpension verpflegt.

Link zum Haus: http://www.alter-leuchtturm-borkum.de/

Seminarzeiten

Den Seminarauftakt bildet am Sonntag ein gemeinsames Abendessen um 18.00 Uhr. Am Freitag endet das Seminar mit dem Mittagessen, so dass Sie die Fähre um 13.30 Uhr ab Borkum bequem erreichen können.

Anreise

Borkum erreichen Sie per Pkw über Emden (D) oder Eemshaven (NL), mit der Bahn über Emden (D). Von dort stehen Ihnen die Fähren der AG-Ems zur Verfügung. Buchen Sie Ihren Fährplatz rechtzeitig über www.ag-ems.de oder 01805 / 180 182. Bitte wenden Sie sich zwecks Anreiseplanung unter Email: alterleuchtturm@t-online.de oder Tel. 04922/911410 an das Seminarhaus „Alter Leuchtturm“ um die Fährabfahrtszeiten aus Emden oder Eemshaven zu erfragen.

Auf Borkum angekommen, können Sie das Seminarhaus bequem mit der Inselbahn, per Bus, Taxi oder mit Ihrem Pkw erreichen. Unmittelbar am Haus stehen keine Parkplätze zur Verfügung.
Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungs-zeit 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 Tarifur-laub in Anspruch nehmen.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschafts-liste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsver-sicherung.