

## *Cosmic Groove Basic Rhythm Workshop Teil I*

Ich freue mich sehr gemeinsam mit meinem Mann Calo einen Rhythmus Workshop anbieten zu können.

Das gesamte Universum ist Rhythmus und viele Menschen haben noch Blockaden, die verhindern, sich zu zeigen, egal ob in der Bewegung beim Tanzen oder im Alltag.

Hier setzen wir an und erarbeiten gemeinsam spielerisch Rhythmusgefühl und die Freude am eigenen Körper, wenn er in Bewegung ist.

Den praktischen Teil gestaltet Calo, der verschiedene Rhythmus und Körperübungen aus der klassischen Rhythmuslehre vorbereitet hat, um sowohl das Rhythmusgefühl als auch die Körperwahrnehmung zu schärfen. Das erlernte Kopfwissen wird durch verschiedene Übungen in den gesamten Körper übertragen.

Im energetischen Teil von Birgit wird das Erfahrene durch gezielte energetische Übungen in den Alltag integriert.

Verschiedene energetische Interventionen dienen dazu, den Alltag im eigenen Tempo und Rhythmus zu leben. Durch diese Übungen können sich belastende Themen lösen, wie z.B. Scheu sich zu zeigen, die eigene wirkliche Haltung nach Außen tragen und frei zu tanzen ohne Beschränkungen oder Dogmen.

Wir freuen uns sehr gemeinsam diesen Workshop zu machen, Lebensfreude und Leichtigkeit, Musik, Lebendigkeit und Spaß soll dabei sein, denn das Leben ein Tanz.

Für Interessierte folgt ein Aufbaukurs – Basic Rhythm Workshop Teil II (Absolvierung des Basic Rhythm Workshops Teil I empfohlen.) im Frühjahr 2020.

Birgit & Calo Müllner

### Organisatorisches

<b>Datum :</b>	Samstag 14. September 2019
<b>Zeiten :</b>	09.00 – 17.30 Uhr (Mittagspause 12.30 – 14.00 Uhr)
<b>Veranstaltungsort:</b>	Da Vinci Akademie, 4600 Wels, Leonardo-Da Vinci-Weg 1 (Zufahrt Laahener Straße / Heubergerstraße)
<b>Kosten :</b>	160,- pro Person (inkl. Verpflegung in den kurzen Pausen)
<b>Anmeldung :</b>	telefonisch oder per e-Mail (bis spätestens 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn)

Bitte überweisen sie nach ihrer Anmeldung den Betrag bis 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn auf folgendes Konto :  
Birgit Müllner, Raiffeisenbank; IBAN: AT47 3477 0000 0386 5581, BIC: RZOOAT2L770  
Abmeldungen sind kostenfrei bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn möglich; bei späterer Abmeldung beträgt die Stornogebühr 50 % der Kurskosten.