

„Rhythmus mit allen Sinnen erleben“

## TAKETINA – ABEND

19. OKTOBER 2018

Zentrum „Bewusst Sein im Fokus“ – 1070 Wien, Neubaug. 44



### Rhythmus als Weg

**TaKeTiNa ist ein** sinnlicher, musikalischer Prozess, der körperliche, emotionale, mentale und spirituelle Entwicklung miteinander verbindet.

**Der Körper ist das Musikinstrument.** Schritte, Stimme, Klatschen und Wechselgesänge führen zum gemeinsamen Erleben von Rhythmus.

**TaKeTiNa bewirkt** spürbaren Stressabbau und stimuliert neuronale Vernetzungen.

**Erlebbar wird,** tiefe Entspannung bei gleichzeitig wacher Präsenz. Ein Zustand der Regeneration und Vitalisierung gleichermaßen fördert.

**Ein Weg der zu innerer Stille,** Gelassenheit und Lebensfreude führt, während sich tiefgreifendes musikalisches Selbstvertrauen und Kreativität entwickeln.

**Freitag, 19. Oktober 2018 von 17.00 – 20.00 Uhr**

#### Kursbeitrag

€ 45,-

(€ 40,- in Kombination mit Berimbau-Rhythmus-Abend )

**Eine gute Gelegenheit TaKeTiNa kennen zu lernen oder zu vertiefen**

*Es sind keine rhythmischen und musikalischen Vorkenntnisse erforderlich*

### Rhythmus erleben

EINTAUCHEN IN DIE WELT VON RHYTHMUS – GEMEINSAMES MUSIZIEREN – VITALISIERUNG – LEICHTIGKEIT  
SPIELERISCH DIE EIGENE KREATIVITÄT FÖRDERN – PRÄSENZ – TIEFE – GENUSS – GESANG – FREUDE  
SICH SEIN LASSEN – MIT ALLEN SINNEN – REGENERATION – KLANG – KOMMUNIKATION – INNERE GELASSENHEIT  
ENTSPANNUNG – GANZHEITLICHES LERNEN – RHYTHMUS-MEDITATIONEN – BEWEGUNG – MUSIK

**Elisabeth Schätz**

**Workshop- und Kursleiterin**

TaKeTiNa Advanced Rhythmspädagogin  
Perkussionistin, Tanzpädagogin

**Anmeldung & Info**

Bitte um verbindliche Anmeldung unter:

T: +43 (0)699 1 820 80 99

E: [info@rhythmuswege.at](mailto:info@rhythmuswege.at)

[www.rhythmuswege.at](http://www.rhythmuswege.at)