

Contactimprovisation, Shiatsu und Urlaub verbinden.

mit netten Leuten Zeit auf den Canaren verbringen. Im sonnigem Valle Gran Rey werden wir an 8 Tagen jeweils für 2,5 Stunden im Tanz-Studio Contact tanzen und Shiatsu (Körperarbeit)

machen. Die verbleibende Zeit ist zum freien Gestalten gedacht: spontan verabreden, wandern, schwimmen, schnorcheln, Spanisch lernen, in der Sonne liegen oder eine Bootstour machen zu den frei lebenden Delphinen und Walen.



Der Unterricht

Täglich, bis auf zwei freie Tage, tanzen wir 2 1/2 Stunden in einem nahegelegenen Tanzstudio. Ausserdem unternemen wir an 1-2 Tagen Tagesreisen mit dem Auto (incl.) um in der Natur zu spielen, zu tanzen und zu improvisieren. An einem Abend ist eine offen Jam geplant.

Vorerfahrung

im Contactimprovisation oder Shiatsu sind erwünscht aber nicht Bedingung. Bei wenig Vorerfahrung bitte ich um telefonische Rücksprache vor der Anmeldung.

Essen:

Das Essen organisiert jeder für sich. Kosten in etwa so wie in Deutschland bzw das Essengehn ist schon für 5-7 Euro gut möglich.

Unterkunft:

Im Preis inbegriffen sind einfache 2-Bett-Zimmer mit Kochgelegenheit in kleinen Pensionen im Valle Gran Rey, ca 5-10 Minuten zum Strand, zum Teil direkt am Meer. Einzelzimmer gegen Aufpreis. (~10 Euro/Nacht extra)



Contactimprovisation

entstand im »Spirit« der 70er Jahre in den USA. Es ist ein Improvisationstanz, in dem das Geben und Nehmen von Körpergewicht eine zentrale Rolle spielt.

Dabei wird die Sensibilität für sich selbst und andere spielerisch gefördert. Es entsteht eine Atmosphäre der Achtsamkeit und Berührbarkeit, die ein Ankommen bei sich selbst und ganz im Moment erlaubt.



Shiatsu

übersetzt Fingerdruck Massage ist eine Berührungskunst die durch Druck durch die Kleidung hindurch ausgeübt wird. Hier werden die Wahrnehmung geschult für die Qualität der Berührung: die Tiefe, der Rhythmus und der Ort an dem wirkliche Berührung stattfinden kann. Das Resultat ist eine zutiefst wohltuende und regenerierende Behandlung. Jeder bekommt und gibt Behandlungen mit wechselnden Partnern.

Kosten:

Die Kosten des 10 tägigen Projektes ohne Unterkunft ist nur 400 Euro, mit Unterkunft: nur 550 Euro. Bei Anmeldung nach dem 22. Aug. sind es jeweils 70 Euro mehr.



Flug: Flug nach Teneriffa Süd wird von jedem/r selbst organisiert. Last Minute Flüge sind ab ca. 140-250 Euro zu haben. Nachteil: man kann erst 10-20 Tage vorher buchen. Regulär bezahlt man ca. 310 Euro.

Tip : Last Minute buchen übers Internet:

http://www.gomera.de/flugangebote_ifs.htm

Wir sind gerne behilflich. Reisebürotip: Allround- Reisebüro, Travel 11, Tel.: 0761-8815988, Email: info@travel11.de

E-Mail:

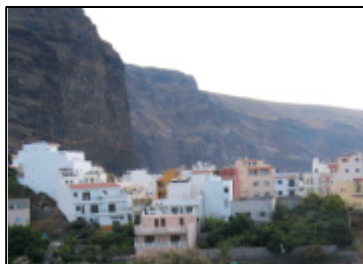
Bennoenderlein@web.de

Webseite und Online

Anmeldung:
www.dolphin-touch.de

Konto:

Benno Enderlein,
Postbank Frankfurt,
BLZ 50010060
KoNr. 415323-606



Contact & Shiatsu auf Gomera



10 Tage Intensiv 10. bis 19. Sept. 08

Name _____

Straße _____

PLZ-Ort _____

Tel. _____

E-mail _____

bitte deutlich in Druckbuchstaben

Unterkunft:

Doppelzimmer (im Preis inbegriffen)

Einzelzimmer (~10 Euro/Nacht extra)

Keine Übernachtung erforderlich (150 Euro weniger)

Kosten:

Die Kosten des 10 tägigen Projektes ohne Unterkunft ist 400 Euro, mit Unterkunft: 550 Euro.

Bei Anmeldung nach dem 22. Aug. sind es jeweils 70 Euro mehr

bitte schicken an:

Benno Enderlein

Marie-Curie-Str. 8

79102 Freiburg

Germany

Tel. 0761-7078533, Fax: 0761- 70 77 29 67

Konto:

Benno Enderlein, Postbank Frankfurt,

BLZ 50010060, KoNr. 415323-606

Bitte 150 Euro sofort nach Anmeldung überweisen!

Bei Rücktritt kann die Anzahlung nur erstattet werden, wenn ein Ersatzteilnehmer nachrücken kann. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Teilnahme auf eigene Verantwortung!

Unterschrift _____