

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar
**Alexandertechnik vom 1. bis 2. Juli 2011 an und
verpflichte mich zur Zahlung des Teilnahmebetrages:**

Ich bin Mitglied des

- Chorverbandes in der EKvW
 Chorverbandes in der EKIR

(bitte Chor angeben):

Ich benötige eine Übernachtungsmöglichkeit

Bemerkungen:

Name:

Vorname:

Anschrift:

Telefon/Fax/Email:

Datum, Unterschrift



Chorverband
in der Evangelischen Kirche
von Westfalen



Chorverband
in der Evangelischen Kirche
von Westfalen

ALEXANDERTECHNIK mit Margarete Tüshaus

Freitag/Samstag
01./02. Juli 2011
Haus Villigst

Tagungskosten

Seminargebühren (1 ½ Tage):

60,00 EUR für Mitglieder

85,00 EUR für Nichtmitglieder

*Mitglieder der Chorverbände in der evangelischen
Kirche von Westfalen bzw. im Rheinland

Es besteht die Möglichkeit gegen Aufpreis im
Tagungshaus zu übernachten. Bitte wenden Sie sich
hierzu an die Geschäftsstelle.

Anmeldeschluss: 08. Januar 2010

Info und Anmeldung:

- Chorverband in der EKvW

Geschäftsstelle: Susanne Otto

Postfach 12 47, 58207 Schwerte

Telefon 0 23 04-755 255

Telefax 0 23 04-755 251

buero@chorverband-westfalen.de

www.chorverband-westfalen.de

ALEXANDERTECHNIK

Der Körper lügt nicht.

In all seinen Ausdrucksformen gibt er uns zuverlässig Auskunft darüber wie wir uns beispielweise übermäßig anstrengen (Nackenschmerzen), wann wir Angst bekommen (Atemnot), wo wir unsicher sind (verkrampfte Füße) aber auch wann und wo wir uns wohlfühlen (Wärme, Ausdehnung).

Spielerisch in Einzel-, Paar- oder Gruppen-übungen werden wir unsere Körperlandkarte aktualisieren und so die Prinzipien von Koordination, Wahrnehmung und Bewegung erforschen. Wir werden wieder sensibler und wacher uns selbst und anderen gegenüber, sodass sich unser Fühlen, Denken und Handeln ganz automatisch in Richtung von Freude und Leichtigkeit verändern kann.

Dieses Seminar richtet sich an alle, die Interesse an so erfahrbarer Leichtigkeit und Freiheit haben – gleich welchen Beruf Sie ausüben. Sie sind herzlich willkommen! Insbesondere wollen wir als Chorverband natürlich Menschen in unserer Kirche ansprechen. Spiritualität in Kirchen und Gemeinden wird wesentlich von Kirchenmusikern und Chören mitgetragen.

Das ist ein sehr weites Feld, welches viel Hingabe, Teamfähigkeit und Flexibilität erfordert. Die AlexanderTechnik ist eine praktische Methode, mit der wir diesen Anforderungen - natürlich auch in der Musik - begegnen können.

Bitte kommen Sie in bequemer Alltagskleidung und bringen eine Decke und warme Socken mit.



Margarete Tüshaus

Lehrerin für F.M. AlexanderTechnik, Mitglied der G.L.A.T (Gesellschaft der LehrerInnen d. F.M. Alexandertechnik), dreijährige Ausbildung bei Stanton Hobbs/Köln, Postgraduate/Masterclasses u. g. bei Bruce Fertman/Philadelphia, und Diplombiologin. Sie beschäftigt sich seit 20 Jahren intensiv mit Bewegungskünsten hat Ausbildungen in Ballett, Step, Jazz, Modern Dance/Cunningham und argentinischem Tango.

Seit 2000 übt sie eine selbständige Tätigkeit in ihrem Atelier für AlexanderTechnik in Bochum sowie Lehrtätigkeit an diversen Bildungseinrichtungen u.a. im Kontext von Zen und/oder Tanz und Musik aus und spielt selbst Querflöte.

Weitergehende Infos unter www.alexandertechnik-ruhr.de

Zielgruppe:

Aufgeschlossene und interessierte Menschen, die lernen möchten, ihre körperlichen und geistigen Kräfte (auch in der kirchenmusikalischen Arbeit) besser zu koordinieren und einzusetzen.

Max. Teilnehmerzahl: 15 Personen

Anmeldung: Die Anmeldung hat schriftlich zu erfolgen und wird in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Wir übersenden Ihnen zeitnah eine Anmeldebestätigung. Sollte eine Veranstaltung bereits ausgebucht sein, merken wir Sie auf der Warteliste vor und benachrichtigen Sie bei Freiwerden eines Platzes.

Abmeldung: Die Teilnehmenden sind berechtigt, bis 14 Tage vor Beginn einer Veranstaltung (bei Veranstaltungen mit Übernachtung gelten ggf. besondere Bedingungen) schriftlich zurückzutreten. Sollte ein Rücktritt nach diesem Termin erfolgen, ist der volle Teilnehmerbeitrag zu entrichten.

Seminarzeiten:

Freitag, 01.07.2011 18.30-21.30 Uhr
Samstag, 02.07.2011 9.00-16.30 Uhr