

# Tango & Achtsamkeit



27. & 28. April 2013 | Somart Wien

Workshop mit Doris Dohse (DE)

Der argentinische Tango lebt von der subtilen Kommunikation zwischen zwei Tanzenden, die sich mit Respekt und emotionaler Offenheit begegnen.

Achtsamkeit und Sensibilität für sich selbst und das Gegenüber sind für die Qualität der Kommunikation entscheidend, um den besonderen Reiz dieses Tanzes erleben und ausdrücken zu können. So bietet der Tango über den Vergnügungsaspekt hinaus eine Erfahrung von Tiefe, ja Glück. Tango ist ein sozialer Tanz, den jede und jeder egal welchen Alters und Konfektionsgrösse lernen und tanzen kann und durch den wir eine aussergewöhnliche Verbindung zu anderen Menschen herstellen. Es erfordert keine vorherigen Tanzerfahrungen oder besonderes Talent.

Mit Hilfe von Feldenkrais-Lektionen stimmt sich jede(r) einzelne ein und kann seine eigene Bewegungsorganisation verfeinern. Die Voraussetzungen für eine klare Kommunikation im Paar werden zuerst alleine und in aller Ruhe erforscht. Wir machen uns mit dem Führen und Folgen vertraut, mit Haltung, gehen und Rhythmus; dabei wird immer wieder die Entwicklung von Achtsamkeit in den Mittelpunkt gestellt und das dialogische Prinzip des Tangos vermittelt.



Doris Dohse, Feldenkrais-Pädagogin, Assistenz-Trainerin, Aikido-Lehrerin und Tango-Tänzerin.

Sie leitet die Schule für Aikido & Feldenkrais in Wiesbaden und assistiert bei Feldenkrais-Ausbildungen. Seit nunmehr fast 10 Jahren tanzt sie Tango-Argentino. Mehrere Aufenthalte in Buenos Aires haben mit dazu beigetragen, ihr das Gefühl für den Tango einzuverleiben und ihre Kenntnisse zu vertiefen. Mit der argentinischen Tango-Lehrerin und Performance-Künstlerin Amira Campora hat sie zahlreiche Seminare in "Tango & Feldenkrais" gegeben. Außerdem arbeitet sie mit lokalen Tango-Profis bei Kursen und Tanzveranstaltungen zusammen.

## Workshop

<b>Ort</b>	Somart Raum für somatisches Lernen, Staudgasse 8, A-1180 Wien
<b>Termin</b>	27. & 28. April 2013
<b>Zeitplan</b>	Sa & So jeweils von 10:00 - 16:30 Uhr
<b>Kosten</b>	€ 220,00 inkl. 20% MWSt.
<b>Anmeldung</b>	Online unter <a href="http://www.somart.at">www.somart.at</a> Christoph Habegger / <a href="mailto:kontakt@somart.at">kontakt@somart.at</a> / +43 699 1062 8979