

Fortbildungsseminare 2024 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



Fortbildungen werden als 2-jährige Zertifikatsverlängerung gemäß der Regelung zur Zertifikatsverlängerung anerkannt. Fobis der Gruppe A & B stehen auch Dynamic-Flow TrainerInnen zur Teilnahme offen. Fobis der Gruppe C sind nur für **ENERGY DANCE®** TrainerInnen vorgesehen, die bereits an einer Fobi der Gruppe A und B teilgenommen haben.

FORTBILDUNGEN DER GRUPPE A:

**„ENERGY DANCE® - Von Fuß bis Kopf“ mit Asha & Uwe Kloss
Wusterwitz, 26. - 28.04.2024 (Frühbucher: 15.03.2024)**

Stell dein **ENERGY DANCE®** vom Kopf auf die Füße!

Wir nutzen verschiedene rhythmische Strukturen der Beine, verbinden uns mit ihren Bewegungsgrundformen und lassen uns mit der Aufmerksamkeit nach oben hochsteigen. Der Kopf schaut zu und nimmt wahr, welcher Impuls eine kleine Veränderung im Geschehen bewirkt und wie die Kraft der Füße der Form Aussehen verleihen. Die Füße führen, der restliche Körper folgt.

Von dieser Fortbildung profitiert nicht nur deine Sicherheit in der Umsetzung vom Charakter der Musikstücke in passende Bewegungen, auch deine Bewegungsvielfalt sowie deine Treffsicherheit im Auffinden und Beibehalten der 1 im Takt der Musik, wird sicherer.

Entdecke deine Füße – ganz nach dem Motto: Raus aus dem Kopf – rein in den Körper!

FORTBILDUNGEN DER GRUPPE B:

„ENERGY DANCE® Faszial-Flow Dance“ mit Elisabeth Weißbach-Ruf vom 23.-24.03.2024 in Kassel, Fitnessstudio Balance (Frühbucher 09.02.2024)

Faszial Flow Dance ist eine weitere Verfeinerung deines **ENERGY DANCE®**. Du erweiterst dadurch spielend deine Bewegungsvielfalt.

Wir beschäftigen uns zunächst mit den Grundprinzipien des Faszientrainings und wie sie sich auf die **ENERGY DANCE®** typischen Bewegungsformen und Qualitäten auswirken. Was verstärkt den faszialen Anteil der Bewegung und auf was ist bei der verbalen Anleitung zu achten. Welche Elemente unterstützen optimal das fasziale Arbeiten. Wie verändert sich der Spannungsbogen und welche Musik unterstützt die Faszienstunde.

„Bewegungsvielfalt“ mit Bettina Starczewska vom 04.-05.05. 2024 in Kassel (Frühbucher: 22.03.2024)

Du wünschst Dir mehr Abwechslung, Vielfalt & Kreativität in Deinen **ENERGY DANCE®**-Stunden? Du möchtest eingefahrene Bewegungsmuster durchbrechen und Dir neue, kreative Räume in der Bewegungsentwicklung erschließen?

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit dem grenzenlosen Potential, das in den drei Grund-Rhythmen schnell alternierend, langsam alternierend und Chassé angelegt ist, um mehr Vielfalt und Abwechslung in die Beinarbeit zu bringen und so den gesamten Bewegungsfluss mit neuen Impulsen zu bereichern. Dabei arbeiten wir mit bekannten und (noch) unbekanntem „Werkzeugen“, kombinieren sie auf kreative Weise und erforschen auf diesem Weg die ungeahnten Möglichkeiten, die sich in den drei einfachen Rhythmen verbergen. Auf der Basis des kleinschrittigen Entwickelns ergeben sich dann wie von selbst ganz neuen Variationen, die den Fluss Deiner Bewegung in bisher unbekannte Richtungen lenken.

Mit dieser Fortbildung erweiterst Du Deine Bewegungsvielfalt nicht nur ungemein, Du verfeinerst auch die Kleinschrittigkeit Deiner Bewegungsentwicklung, bringst Abwechslung, frischen Wind und neue Bewegungsimpulse in Deine Stunden.

Fortbildungsseminare 2024 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



„Coaching - Klarheit, Präsenz und Optimierung deiner Bewegungsabläufe“ mit Asha & Uwe Kloss vom 22. - 24.11.2024 in Wusterwitz (Frühbucher: 11.10.2024)

In dieser Fortbildung stehen auf dem Prüfstand:

- Klarheit der optimalen, körpergerechten Bewegungsformen
- Inhalt und Bedeutung wesentlicher Bewegungen
- Flow im Zusammenspiel mit dem Ganzen

Schritt für Schritt entfaltest du dein Potential und entwickelst neues Terrain. Ob in der Gesamtgruppe, in Kleingruppen oder Solo: Wir finden immer die passende Arbeitsweise für den Prozess der Optimierung und Korrektur. So kannst du dich frei, entspannt und unterstützt fühlen, mit viel Freude im Kreis all der wunderbaren TrainerInnen, die hier zusammenkommen.

FORTBILDUNGEN DER GRUPPE C:

„Tanzende Füße“ mit Bettina Starczewska 23.-24.11.2024 in Wörthsee (Frühbucher: 11.10.2024)

In deiner Ausbildung hast Du drei Rhythmen für die Beinarbeit kennengelernt: langsam alternierend, schnell alternierend und Chassé. In Verbindung mit den Orientierungshilfen bietet sich damit schon mal ein großes Potential an Möglichkeiten, um die Füße tanzen zu lassen! Jetzt wünschst du dir neuen Input für die rhythmische Beinarbeit? Dann ist diese Fortbildung genau das Richtige für dich!

An diesem Wochenende erwarten dich zwei neue Basis-Rhythmen: der 3er- Rhythmus, also „2 re - 2 mittig - 2 li“ (inkl. Cha-Cha-Cha), und der 4er-Rhythmus mit „4 li - 4 re“.

Du lernst sehr kleinschrittig und fließend in diese Rhythmen hineinzuführen, sie mit minimalen Veränderungen vielfältig zu variieren und welche Bewegungsformen der Arme jeweils passen. Und du erfährst, wie du mit sicherem Gespür erkennst, welche Musikstücke sich für diese Rhythmen eignen, ja sogar danach verlangen, damit Musik und Bewegung auch wirklich miteinander verschmelzen.

Nach diesem Wochenende wird sich dein Bewegungsrepertoire nicht nur um eine ganze Dimension erweitert haben, du kannst die Musik in Deinen Stunden auch viel stimmiger und kreativer umsetzen. Mit spannenden Rhythmus-Variationen schenkst du dir und deinen Teilnehmern ab sofort immer wieder neuen Input, mehr Bewegungsfreude und ein vertieftes Erleben der Musik.

Fortbildungsseminare 2024 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



Anmeldung

ENERGY DANCE® Sportverband e.V.
Wanja Radtke, Tattersallstraße 14, 68165 Mannheim
Email: edsv@edsv.de

Tel. 0621 – 439 49 23
Fax 03212 – 1 15 43 45
www.edsv.de

Arbeitszeiten Kassel, Lüneburg, Wöthsee Samstag 10 - 19 Uhr und Sonntag 9 - 16 Uhr
Wusterwitz Freitag 17 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

Fortbildungskosten: 315,00 € regulärer Preis / 280,00 € Frühbucher;
für Verbandsmitglieder 280,00 € / 195 € Frühbucher

Mit Erhalt der Rechnung ist der Betrag zur Zahlung fällig.
Konto EDSV e.V. – Konto Nr. 180 934 704 – Postbank Stuttgart, BLZ 600 100 70

Bei Rücktritt bis 28 Tagen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 € erhoben. Erfolgt der Rücktritt innerhalb von 27-14 Tagen vor Seminarbeginn, beträgt die Stornogebühr 100 €. Bei Absage ab 13 Tage vor Seminarbeginn oder Nichterscheinen ist der volle Teilnahmebetrag zu zahlen.

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung an:

- [] 23.-24.03.2024 Gruppe B: Faszien-Dance in Kassel (Fitnessstudio Balance) mit Elisabeth
- [] 26.-28.04.2024 Gruppe A: Von Fuß bis Kopf in Wusterwitz mit Asha & Uwe Uwe
- [] 04.-05.05.2024 Gruppe B: Bewegungsvielfalt in Kassel-Baunatal (KSV Raum 3) mit Bettina
- [] 22.-24.11.2024 Gruppe B: Coaching - Klarheit, Präsenz und Optimierung in Wusterwitz mit Asha & Uwe
- [] 23.-24.11.2024 Gruppe C: Tanzende Füße in Laupheim mit Bettina

Erklärung zum Datenschutz / Haftungsausschluss

Im Rahmen des Datenschutzes ist es erforderlich, dass nachfolgende Erklärung von Dir unterzeichnet wird.

- Hiermit erteile ich dem Verband die Erlaubnis der Weitergabe meiner persönlichen Daten (Name, PLZ, Ort, Tel-Nr, E-Mail, Fax) für die Organisation von Mitfahrgelegenheiten.
- Dem Verband ist die Weitergabe persönlicher Daten an Dritte - außer ENERGY DANCE® Academy als Mitorganisator - die nicht Teilnehmer sind, untersagt.
- Es ist mir untersagt, persönliche Daten anderer Teilnehmer für gewerbliche Zwecke, Reklame, usw. weiterzugeben oder zu nutzen.
- Haftungsausschluss: Der EDSV weist vorsorglich darauf hin, dass der Teilnehmer der o.g. Fobis nicht über den Veranstalter versichert (Unfall, Haftpflicht) ist. Dafür ist der Teilnehmer selbst verantwortlich.

Vorname, Name:

Straße, PLZ, Ort

Tel., Handy, E-Mail:

Datum / Unterschrift: