

# Fortbildungsseminare 2022 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



**Fortbildungen** werden als 2-jährige Zertifikatsverlängerung gemäß der Regelung zur Zertifikatsverlängerung anerkannt. 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:**

**„BEMs & Bewegungsfluss“ mit Asha vom 23. - 25.09.2022 in Wusterwitz (FB 12.08.2022)**

Das **B** steht für Basic und Body, das **E** für Essenziell und Elementar und das **M** steht für Bewegung (Movement). Es bezeichnet das typische Bewegungsvokabular von **ENERGY DANCE®** und wir klären, wie diese häufiger vorkommenden Bewegungsformen gemeint sind, welche Wirkungen sie haben und wie du sie klar in Form und Raum körpergerecht ausführen kannst. Hierfür ist in der Praxis ein differenziertes Zusammenspiel verschiedener Teile deines Körpers nötig: Wo im Körper brauchst Du wie viel Spannung und wo ist loslassen und locker bleiben vorteilhaft, um die BEMs deutlich präsentieren zu können? Wie fühlt sich das an und mit welchen Worten und Bildern kannst du deine Teilnehmer beim Mitmachen unterstützen. Dies alles lenkt deine Aufmerksamkeit ganz in dein gegenwärtiges Bewegen, so dass es dir leichter fällt, den Fluss zu spüren, einzutauchen und in minimalen Veränderungen auch die Weiterentwicklung der Bewegung ins Fließen zu bringen. Behutsam entfaltet sich der Ablauf in den multidimensionalen Raum hinein und gestaltet das Zusammenspiel der einzelnen Körperteile harmonisch und immer wieder neu.

Was bringt dir all das?

- Du trainierst in körpergerechter Weise, entwickelst Spannkraft, Lockerheit, Durchlässigkeit und Größe
- Du lernst die Bewegungen Deines Körpers klar und eindeutig im Raum auszurichten
- Du entwickelst ein besseres Bewegungsvorbild und eine aufrechtere Haltung
- Deine verbale Begleitung wird präziser und wirkungsvoller
- Dein Timing wird harmonischer und gewinnt an Bedeutung
- Deine Körper- und Bewegungswahrnehmung erweitert sich
- Deine Bewegungsentwicklung wird kleinschrittiger und kreativer
- Alles fließt!

Raus aus dem Kopf & rein in den Körper wird erlebbar. Für dich und die Teilnehmer deines Kurses.

## **FORTBILDUNGEN DER GRUPPE B:**

**„MUSIK IM GEFÜHL - TANZ IN DER BEWEGUNG“ mit Uwe vom 11. - 12.06.2022 in Kassel (FB 29.04.2022)**

Das Zusammenspiel von Musik und fließender Bewegungsentwicklung ist die Herzensqualität von **ENERGY DANCE®**. Je tiefer Du in diese Qualität eintauchst und sie zum Ausdruck bringst, desto besser kannst Du Deine Teilnehmer am **ENERGY DANCE®** Erlebnis teilhaben lassen. Das steigert auch Deine eigene Freude.

Damit dies möglich wird, gilt es die Grundstruktur der Musik zu erkennen, um dann das optimale rhythmische Grundmuster der Bewegung zu finden. Was passt am besten - langsam oder schnell alternierende Bewegung? Chassé oder ein zusammengesetztes Bewegungsmuster? Sind auch mehrere Rhythmen in dem jeweiligen Musikstück vorhanden - und wie gehe ich damit um? Auf Basis dieser Grundstruktur erforschen wir das Spezifische der jeweiligen Musikstücke. Was unterscheidet die einzelnen Musikstücke voneinander? Was ist vorherrschend und was ist das Interessante an dieser und jener Musik? Das alles, damit Du abwechslungsreicher und präziser in Deinem Bewegungsausdruck wirst. Auch gewinnt die Bandbreite Deiner Gefühle, die Du in Deinen Bewegungen herüberbringst. Davon profitiert nicht nur die Vielfalt Deiner Bewegungen, - auch Deine Freude und Präsenz wird strahlender.

Lass Dich inspirieren, Deine Bewegungen noch stimmiger mit der Musikqualität zu verbinden.

## Fortbildungsseminare 2022 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



### **NEU! „ENERGY DANCE®-Bewegungsvielfalt“ mit Bettina vom 07. - 08.05.2022 in Laupheim (FB 25.03.2022)**

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.

### **„ENERGY DANCE® Coaching“ mit Uwe vom 18. - 20.11.2022 in Wusterwitz (FB 07.10.2022)**

Immer wieder lesen wir in den Rückmeldungen der Ausbildungs- und Seminarteilnehmer, wie sehr sie die direkte Einzelarbeit mit den Lehrtrainern schätzen und wie gewinnbringend diese 1:1 Arbeit für sie ist. Häufig äußern sie auch, dass sie mehr davon haben wollen.

In diesem Seminar bekommst Du mehr davon. In gezielten Übungen erforscht Du den Stand der Deiner Entwicklung. Möglicherweise triffst Du auf Gewohnheiten, die Dich bezüglich Deiner Vielfalt begrenzen oder Hindernisse, die Du aus dem Weg räumen möchtest. Kein Problem: Hier findest Du Möglichkeiten, Deinen Spielraum zu erweitern und optimierst Deine individuelle Art, *ENERGY DANCE®* zu vermitteln. Deine Kompetenz wird genährt, Dein Stil gefördert, hinderliche Aspekte werden bearbeitet und können verschwinden. Ziel dieses Seminars ist es, Deine Freude am Unterrichten zu beleben und Veränderungen zu bewirken, die Deine Teilnehmer positiv bemerken werden.

## **FORTBILDUNGEN DER GRUPPE C**

### **„ENERGY DANCE® Faszien-Dance“ mit Elisabeth vom 08. -09.10.2022 in Lüneburg (FB 26.08.2022)**

Wir uns mit den *ENERGY DANCE®* typischen Bewegungsformen und ihren Auswirkungen auf das Faszien-System. Wir lernen den Myofaszial-Flow als eine weitere Orientierungshilfe kennen – auch für den Stundenaufbau. Durch die Integration des Faszientrainings erweiterst du spielend deine Bewegungsvielfalt für deine *ENERGY DANCE®* Stunde. Außerdem erforschen wir, wie sich die faszialen Grundprinzipien in den Bewegungsqualitäten spiegeln und worauf bei der verbalen Anleitung für ein Faszien *ENERGY DANCE®* zu achten ist.

### **„ENERGY DANCE® Komplexe Rhythmen“ mit Bettina vom 15. – 16.10.2022 in Kassel (FB: 02.09.2022)**

Du führst Deine Teilnehmer kleinschrittig in alle *ENERGY DANCE®*-Grundrhythmen und fühlst Dich sicher im Wechsel zwischen langsam alternierend, schnell alternierend und Chassé? Du schöpfst das volle Potenzial dieser Rhythmen aus, indem Du sie anhand der Orientierungshilfen variiert? Jetzt wünschst Du Dir neuen Input für die rhythmische Beinarbeit? Dann ist diese Fortbildung genau das Richtige für Dich!

Hier lernst Du Deine Teilnehmer sehr kleinschrittig und fließend auch an komplexere Rhythmen heranzuführen und diese Rhythmen mit kleinsten Veränderungen zu variieren. Du lernst mit sicherem Gespür zu erkennen, welche Musikstücke für diese speziellen Rhythmen geeignet sind und welche Bewegungsformen der Arme jeweils passen. Themen-Schwerpunkt dieser Fortbildung sind der 3er- und der 4er-Rhythmus, also „2 re - 2 li“ (inkl. Variationen & Cha-Cha-Cha) und „4 li - 4 re“ (inkl. Variationen).

Nach diesem Wochenende wirst Du die Musik in Deinen Stunden wesentlich stimmiger und kreativer umsetzen und Dein Bewegungsrepertoire hat sich um eine neue Dimension erweitert. So schenkst Du Dir und Deinen Teilnehmern mit spannenden Rhythmus-Variationen immer wieder neuen Input, mehr Bewegungsfreude und ein vertieftes Erlebnis der Musik.

# Fortbildungsseminare 2022 für **ENERGY DANCE®** und Dynamic Flow TrainerInnen



## Anmeldung

ENERGY DANCE® Sportverband e.V.  
Wanja Radtke, Tattersallstraße 14, 68165 Mannheim  
Email: [edsv@edsv.de](mailto:edsv@edsv.de)

Tel. 0621 – 439 49 23  
Fax 03212 – 1 15 43 45  
[www.edsv.de](http://www.edsv.de)

## Arbeitszeiten

Kassel, Laupheim, Lüneburg  
Wusterwitz

Samstag 10 - 19 Uhr und Sonntag 9 - 16 Uhr  
Freitag 17 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

**Fortbildungskosten:** 240,00 € regulärer Preis / 210,00 € Frühbucher;  
für Verbandsmitglieder 210,00 € / 170 € Frühbucher

Nach Erhalt der Anmeldebestätigung ist eine Anzahlung von 50,00 € zu leisten:  
Konto EDSV e.V. – Konto Nr. 180 934 704 – Postbank Stuttgart, BLZ 600 100 70  
Bei Rücktritt innerhalb von 4 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Stornogebühr von 20 € erhoben. Erfolgt der Rücktritt innerhalb von 2 Wochen vor Beginn werden 50 € erhoben; innerhalb von 3 Tagen vor Beginn 100 €.

## Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung an:

- [ ] 07. - 08.05.22 Gruppe B: Bewegungsvielfalt in Laupheim mit Bettina
- [ ] 11. - 12.06.22 Gruppe B: Musik im Gefühl, Tanz in der Bewegung in Kassel mit Uwe
- [ ] 23. - 25.09.22 Gruppe A: BEMs & Bewegungsfluss in Wusterwitz mit Asha
- [ ] 08. - 09.10.22 Gruppe C: Faszien Dance in Lüneburg mit Elisabeth
- [ ] 15. - 16.10.22 Gruppe C: Komplexe Rhythmen in Kassel mit Bettina
- [ ] 18. - 20.11.22 Gruppe B: Coaching in Wusterwitz mit Uwe

## 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: .....