

# Healing Rhythms

Tanz- Workshop mit Trance- Percussion & Urlaub



in Andalusien, Benajarafe - Málaga

7. - 14. April 2013

mit

Petra Cegla ► Tanz & Rishi Vlote ► Percussion

- Rishi ist Schlagzeuger und Perkussionist, leitet seit vielen Jahren Trance Dance Kreise und arbeitet u.a. mit schamanischen Ritualen und Zeremonien. Die TeilnehmerInnen spüren die langjährige Erfahrung mit Trance und Meditation in Rishi`s ganz eigener Art, die Tänzer mit Rhythmus und Klängen zu unterstützen. Dabei setzt er seine Stimme und ein umfangreiches Instrumentarium ein. Rishi ist "Drum Circle Facilitator" und lädt auch zum "selber Trommeln" ein. Dabei entsteht bei den TeilnehmerInnen ein neues Verständnis für Rhythmus und Tanz.
- Petra Cegla unterrichtet seit 20 Jahren Gruppen in Körperwahrnehmung, Bewegung und Tanz an. Schwerpunkt dabei ist die Hinführung zur bewussten Wahrnehmung physischer und emotionaler Ist-Zustände. Ohne Bewusstsein gibt es keine Möglichkeit zu wirklicher Veränderung. Wir Menschen haben das häufig überlebensrettende Werkzeug der Verdrängung zur Verfügung, um schmerzhaft Erfahrungen nicht spüren zu müssen. Diese verdrängten Inhalte lassen sich durch Wahrnehmung, Atem und Bewegung aufspüren, lockern und freigeben. Dabei gibt beständiger und verlässlicher Rhythmus Halt.

► Das gemeinsame Angebot von Rishi & Petra in der Casa el Morisco bietet Gelegenheit, sich in liebevoller Umgebung zu öffnen, alte und oft einschränkende Muster zu lösen, Kraft zu tanken, Spaß zu haben und...gestärkt und inspiriert in den Alltag zurückzukehren. „Uns ist es wichtig, durch Petra`s speziell entworfene Anleitungen und durch den einfühlsam von Rishi initiierten Trance-Tanz Möglichkeiten für bewusstes Wahrnehmen eigener innerer Begrenzung zu eröffnen. So können einschränkende Muster erkannt, gelockert und neu sortiert werden. Diese Vorgänge können anstrengend sein- emotional und physisch. Deshalb ist die wohltuende, herzliche und sonnenerwärmte Atmosphäre in der Casa Morisco sehr unterstützend. Und...es darf auch Spaß machen!“



**Rishi Vloete** arbeitet seit mehr als 35 Jahren mit Musik, Meditation u. TranceTanz. Trainings mit Frank Natale, Arthur Hull u.a. Zusammenarbeit mit Weltmusikern wie Prem Joshua, Hamsafar, Snatam Kaur, Milarepa und Subodha. Eigene CD-Produktion. Rishi leitet Trommel- und schamanische Events/Workshops zu unterschiedlichen Themen und Gelegenheiten.  
[www.callofdrums.de](http://www.callofdrums.de)



**Petra Cegla:** Ausbildungen in Tanztherapie (HIGW), Integrative Körperpsychotherapie (IBP-Institut Berlin, USA u. Schweiz), 3 Jahre in Systemaufstellungen/ Europäische Akademie für Systemaufstellungen ( EURASYS-Diplom), autorisierte 5Rhythmen®- Lehrerin. Mehrjährige Gruppenerfahrungen u. Weiterbildungen im Aruna- Institut. Anleitung von Gruppen seit über 20 Jahren. Petra lebt auf Sylt. [www.core-movement.com](http://www.core-movement.com)

**Kosten Seminar:** 350 € p.P., (320 € bei Frühbuchung bis 1.03.2013).

**Übernachtung:** inkl. Vollpension 545 € bei Unterbringung im DZ, Aufpreis für EZ € 60.-bis 135.-/Wo, je nach Verfügbarkeit. Zimmer werden vor Ort bar bezahlt oder Bis 2 Wochen vorher überwiesen.

### Anreise

Bitte selbst buchen: es gibt sehr günstige Flüge nach Málaga, die CASA bietet am 7.4. und 18.4. zwischen 8 Uhr morgens und 20 Uhr abends 5 x einen Gratistransfer an. Bitte spätestens drei Wochen vor Ankunft bei uns Flugnummer und Ankunftszeit bekanntgeben.

### Programm

3-4 Stunden täglich 5Rhythmen n. Gabrielle Roth • Core-Movement Angebote • Trance-Tanz • Meditationen • viel Raum für Entspannung

**Bitte detailliertes Programm und Anmeldeformular anfordern bei** Petra Cegla, D-25992 List auf Sylt, Fon: +49 (0)4651 871276, [info@core-movement.com](mailto:info@core-movement.com) oder von der Homepage runterladen: [www.core-movement.com](http://www.core-movement.com).

**Wir freuen uns darauf, die Woche mit Euch an diesem wunderschönen Ort die HEALING RHYTHMS zu tanzen !**