

Regelmäßig stattfindende Gruppen:

Köln (wöchentlich, abends)

Zeitraum: 09.01. - 17.07.17 (24x) und
28.08. - 11.12.17 (14x)
Uhrzeit: montags, 20.00 - 22.30 Uhr
Ort: Tor 28, Machabäerstr. 28, Köln-Zentrum
Gebühr: monatl. € 68,- (12mal), Schnuppern € 23,-

Köln (offene Abende)

Zeitraum: jeweils der erste Dienstag im Monat
7.2./7.3./4.4./2.5./6.6./4.7./10.10./7.11./5.12.17
Uhrzeit: 20.00 - 22.00 Uhr
Ort: Tor 28, Machabäerstr. 28, Köln-Zentrum
Gebühr: € 20,- (pro Abend)

Düsseldorf (vierzehntägig)

Zeitraum: 19.01. - 20.07.17 (13x);
31.08. - 07.12.17 (8x)
Uhrzeit: donnerstags, 19.30 - 22.00 Uhr
Ort: Evangelische Stadtmission,
Brinckmannstr. 15, D-Oberbilk
Gebühr: monatl. € 33,- (Jan.-Juli/Aug.-Dez.)

Aachen (vierzehntägig)

Zeitraum: 11.01. - 12.07.17 (14x) und
06.09. - 13.12.17 (7x)
Uhrzeit: mittwochs, 19.30-21.30 Uhr
Ort: Kulturfabrik Oranienstr. 9, 1.Stock, Aachen
Gebühr: monatl. € 37,- Jan.-Juli, € 33,- Sept.-Dez.

Biodanza für Kinder

Zur Stärkung der sozialen Kompetenz, des Selbstwertgefühls, auch zur Prophylaxe von Bewegungsstörungen. An einem Nachmittag oder in einem kleinen Kurs stelle ich Ihnen auf Anfrage gern meine Arbeit vor.

Wertschätzung in Betrieben -

Biodanza in Organisationen und Trainings
Impulse für eine gesunde Unternehmenskultur:
Gern mache ich Ihnen ein Angebot.

Alle Gruppen sind fortlaufend.

Kursgebühr bitte per Dauerauftrag bezahlen. Im Januar und August sind die Gruppen offen, um zuzuschauen. Danach entscheiden sich die TeilnehmerInnen für einen ganzen Kurs.

Kosten der Schnupperabende: € 20,- (montags in Köln € 23,-)
20% - Ermäßigung für Studierende und Menschen ohne Arbeit.



Das Leben feiern -

Biodanza-Jahresfest für alle

Weihnachten oder die Julzeit für unsere Vorfahren war eine üppige, fröhliche Zeit, in der viel gefeiert, getanzt, gesungen, gegessen und getrunken wurde. Man beschenkte sich gegenseitig, um auch im neuen Jahr Fülle und Glück zu haben. Zum Abschluss des Jahres möchte ich - an diese Tradition anknüpfend - zum gemeinsamen Feiern des Lebens mit Biodanza und leckerem Essen einladen.

15./16. Dezember 2017 in Hamburg

Ort: o33Tanzwerkstatt, Eiffelstr. 1, HH-Sternschanze
Zeit: Fr 19 - 22 / Sa 10 - 17 h
Gebühr: € 110,-

17. Dezember 2017 in Köln

Ort: Tor 28, Machabäerstr. 28, Köln
Zeit: So 11.00 - 18.00 h
Gebühr: € 90,-

Vorschau auf das Jahr 2018

Biodanza auf Sylt

„Die Intelligenz unserer Zellen“
10. - 13. Mai 2018 - Klappholtal/List

Wir sind unseren Genen nicht schutzlos ausgeliefert, sagt Bruce Lipton, ein Zellbiologe. Vielmehr „steuert unser Geist den Körper“. Dies erleben wir im Tanz. Kosten: Kurs € 230,- + ca. € 220,- Üb./Verpfl.

Biodanza auf La Gomera

„Der Zauber der Berührung“
15.-22. Juli 2018 - Finca Argayall

Eine Einladung zur romantischen wilden Insel zum Tanz auf der blumenreichen Finca Argayall in einer wunderschönen Bucht. Kosten: Kurs € 360,- + ca. € 500,- Üb./Verpfl.

Biodanza auf Corfu

„Wurzel und Flügel“
13.-20. Oktober 2018 - Ouranus Clubl

Wir tanzen das Pulsieren des Lebens zwischen Erde und Himmel an einem Ort der Kreativität. Kosten: Kurs € 360,- + ca. € 500,- (Achtung: Alle Preise für 2018 können variieren)

„Biodanza ist für mich eine Energiequelle und verbindet mich immer mit Lebendigkeit!“



Gabriele Freyhoff

Gabriele Freyhoff, geb. 1955, ist Sonderpädagogin, Supervisorin und Biodanza-Dozentin. Sie machte ihre Ausbildung in Biodanza vor über 27 Jahren bei Rolando Toro, dem Begründer von Biodanza in Brasilien, wo sie zwölf Jahre lebte. Dort arbeitete sie mit Straßenkindern, behinderten Menschen und Frauen in Elendsvierteln: eine Arbeit zur Stärkung ihrer Identität.

In Deutschland arbeitet Gabriele mit Kindern, Erwachsenen und Menschen mit geistiger Behinderung. Sie spezialisierte sich auf Biodanza mit den vier Elementen, Biodanza und Poesie, das Minotaurus-Projekt, Biodanza mit dem Material Ton, Aqua-Biodanza sowie Biodanza und Schamanismus. Auf Kongressen in Argentinien, Brasilien, Italien, Frankreich und der Schweiz stellte sie ihre Arbeit vor. Im Rahmen eines Lehrauftrags vermittelte Gabriele praktische und theoretische Grundlagen von Biodanza an der pädagogischen Fakultät der Universität zu Köln.

Seit 2002 leitet Gabriele im Auftrag der International Biocentric Foundation, dem internationalen Dachverband von Biodanza, die dreijährige berufsbegleitende Biodanza-Ausbildung in Köln. Gabriele wurde vom Begründer autorisiert, Fortbildungen für „Biodanza mit Kindern“ durchzuführen. Sie begleitete Studien über die Wirksamkeit von Biodanza mit Kindern und mit Senioren.

Information und Anmeldung:

Gabriele Freyhoff
Nelkenweg 5
D - 52078 Aachen
Tel. +49 (0)241-9007105 Fax +49 (0)241-9007106
mobil: +49 (0)171-4764223
e-mail: gabriela@biodanza-online.de
Website: www.biodanza-online.de

Der Tanz des Lebens

mit

Gabriele Freyhoff

Biodanza
System Rolando Toro



Programm 2017

Gruppen - Workshops - Ausbildung
Januar - Dezember

Lustvoll leben

Kontinuierliche Fortbildung für Biodanza-LehrerInnen

Rolando Toro kreierte mit Biodanza ein System, in dem wir lernen, das irdische Leben zu genießen und nicht auf das Paradies zu warten. Wie führe ich in dieses Paradies? Ein Seminar für LehrerInnen und KollegInnen unter Supervision zur Linie der Sexualität. Zur Praxis (s.u.) sind alle eingeladen.

27.-29. Januar 2017 in Hamburg-Eppendorf

Ort: Iyengar Yoga Zentrum, Eppendorfer Weg 57a, HH
Zeit: Fr 19-22 h, Sa 10-18 h, So 10-17 h
Gebühr: € 220,-

Sexualität ist Lust auf das Leben

Wie liebst du das Leben? Welchen Geschmack magst du besonders? Die Antworten enthüllen meine Vorlieben, was mich anzieht, was ich genieße. Das Leben mit seinen kleinen Freuden zu genießen, macht es bunt und lebenswert. So ist Sexualität Lebenslust und zugleich Intimität mit mir selbst, die Fähigkeit innezuhalten und meinen Geschmack, meine Vorlieben zu entdecken. Lass dich verführen!

28.-29. Januar 2017 in Hamburg-Eppendorf

Ort: Iyengar Yoga Zentrum, Eppendorfer Weg 57a, 4.Et. HH
Zeit: Sa 15-18 h, So 10-17 h
Gebühr: € 120,- (ohne Übernachtung)

Biodanza und Poesie

Wir alle tragen diese Poesie des Lebens in uns. Sie wieder zu entdecken verändert meinen Blick in die Welt: vielleicht werde ich romantischer, spielerischer, humorvoller in die Welt sehen! Wir nähern uns der Poesie mit Leichtigkeit und Spaß. Es ist ein Potenzial, das wir nur freilegen brauchen, ein Tanz.

24.-26. März 2017 in Hückeswagen

Ort: EAG, Wefelsen 5, Hückeswagen
Zeit: Fr 18:30 h bis So 17 h
Gebühr: € 190,- plus € 104,- bis 146,- U./Verpflg.

Aqua-Biodanza-

Aqua-Biodanza ist ein Eintauchen in längst vergessene Stadien von Harmonie und Wohlbefinden, wie ein Zurückgehen in die Geborgenheit, die wir in der Gebärmutter erfahren haben. Es wirkt tief auf die Zellerinnerung ein. Alte schmerzvolle Erfahrungen können neu „überschrieben“ werden; ein neues positives Lebensgefühl entsteht.

31. März-2. April 2017 in Monneren (Elsass/Frankreich)

Ort: Der Werkhof, Ste. Marguerite, F – 57920 Monneren
Zeit: Fr 19h bis So 17h
Gebühr: € 220,- plus € 190,- bis 200,- für Bad + Übernachtung



Wiedergeburt in Biodanza

mit Gabriele Freyhoff und Reinhild Bode

Ein Seminar, das dein Leben verändert! Rituale mit starker Wirkungskraft bewirken neue Haltungen im Leben. Das Gefühl, Mangel zu erleben oder die schmerzvollen Erlebnisse der Kindheit immer mit sich zu tragen, verwandeln sich in die Möglichkeit zu wählen, selbst zu gestalten und Schöpfer/in seines eigenen Lebens zu werden!

12.-14. Mai 2017 in Melle

Ort: Seminarhaus Wilde Rose
Borgholzhausenerstr. 75, Melle
Zeit: Fr 19 h bis So 17 h
Gebühr: € 220,- + € 110,- - 136,- U./Verpflg.

Biodanza auf Sylt

„Den Weg des Herzens gehen“

In Biodanza geben wir unserem Herzen Raum. Wir erleben, wie sich die eigene Liebe zum Leben ausdehnt, wie Fülle entsteht, wie Geben leicht fällt. Diese Möglichkeit, unser Herz sprechen zu lassen, wollen wir an diesen Tagen in allen seinen Facetten erleben und diese Kraft mit in unsere Leben nehmen.

25. - 28. Mai 2017 im Klappholtal

Ort: Akademie am Meer
Zeit: Do 18:30 - So 15.30 h
Gebühr: € 230,- + ca. € 220,- U./Verpflg.

Biodanza und das JGing - mit Marlise Appy

Das JGing ist ein altes chinesisches Orakel. Marlise Appy (89 Jahre alt) hat diese Erweiterung von Biodanza entwickelt. Wir stellen Fragen und tanzen die Antworten. Faszinierend und bedeutsam für jede Phase des Lebens!

23.-25. Juni 2017 in Valwig oder in Eindhoven

Ort: evtl. Seminarhaus Jonathan, Pfälzerhof 1, Valwigerberg
Zeit: Fr 19 h - So 17 h
Gebühr: € 190,- + ca. € 120,- Ü/Verpflg.

Kontoverbindung: Gabriele Freyhoff
Postbank Köln, IBAN DE82370100500071440501

Bemerkung:

Alle Seminare werden u.a. von Gabriele Freyhoff geleitet. Die Anmeldung erfolgt über das beiliegende Formular oder per e-mail. Es gelten die Geschäftsbedingungen auf dem Anmeldeformular.



Die Identität und die vier Elemente

Erde, Feuer, Wasser und Luft, diese vier Elemente besitzen eine Symbolkraft in unserem Leben. Feuer ist die Kraft, sich für etwas zu begeistern, Wasser, die Fähigkeit zu fließen, Luft symbolisiert Kreativität, Phantasie und Leichtigkeit und die Erde praktische Fähigkeiten wie auch Organisationstalent. Jeder Mensch lebt in seinem Leben die Kraft der vier Elemente in unterschiedlichem Ausmaß. In dem Workshop wollen wir im Tanz ein vernachlässigtes Element durch einen individuellen Tanz intensivieren und es auf diese Weise stärker in unser Leben integrieren.

7.-9. Juli 2017 in Nohn/Eifel

Ort: Nohner Mühle, Nohner Mülser 2, 54578 Nohn
Zeit: Fr 19.00 h - So 17.00 h
Gebühr: € 190,- + ca. € 116,- U./Verpflg.

Minotaurus-Projekt

Ängste in Mut verwandeln

Der Minotaurus, eine mythische Kreatur mit menschlichem Körper und dem Kopf eines Stieres, symbolisiert in Biodanza den wilden, instinktiven Aspekt, der als Urkraft in uns lebt. Ziel des Minotaurus-Projektes ist es, diesen inneren Minotaurus anzunehmen und seine Kraft zugänglich zu machen. Durch Tanz-Rituale begegnen wir unseren Ängsten und verwandeln sie in Mut. Ein Workshop, der enorme Energie mobilisiert!

8.-10. September 2017 in Melle

Ort: Seminarhaus Wilde Rose
Borgholzhausenerstr. 75, Melle
Zeit: Fr 19.00 h - So 17.00 h
Gebühr: € 220,- + € 110,- bis 136,- U./Verpflg.

2. Biodanza-Begegnung Deutschland Liebe - Freude - Menschlichkeit

Die Biodanza-Begegnung-Deutschland wurde 2013 Vision von drei Biodanza-Schuldirektorinnen geboren. Gabriele Freyhoff, Hildegard Penaloza und Birgit Mutze. Nun steht schon das 2. Treffen an, viele Menschen aus der ganzen Welt werden erwartet. Freue dich auf viele Vivencias, unzählige Begegnungen und einige spannende Erfahrungsberichte.

22.-24. September 2017 bei Oldenburg

Ort: Hof Oberlethe, Wardenburgerstraße 24, Wardenburg
Zeit: Fr 14 h bis So 17 h
Gebühr: € 180,- bis € 200,- plus Übernachtung



Tanzen im Garten der Götter - Biodanza in der Südtürkei

Eine Reise mit Biodanza als Beitrag zum Frieden. Der Platz an dem wir sind, ist absolut sicher und still. Rolando Toro nannte den Zugang zu unserer Göttlichkeit „numinoses Unbewusstes“, es ist das Erkennen des Wunders in jedem Menschen trotz seines Seins mit allen seinen Widersprüchen. Oft verschwinden Chaos, Angst und Widersprüche in einer Begegnung von Herz zu Herz. Lass dir die Zeit für diese Erfahrung - eine Woche lang!

15.-22. Oktober 2017 in Lykien

Ort: Lykia Seminarzentrum (deutsch-türkisch)
Zeit: So (An- und Abreisetag)
Gebühr: € 350,- + € 673,- bis 728,- U./Verpflg.

Mann und Frau -

Das andere Geschlecht ehren

mit Gabriele Freyhoff und Wolfgang Hofbauer

Untersuchungen haben ergeben, dass Menschen, die unterschiedlich sind, sich besser riechen können. Pheromone sind Duftstoffe, die unbewusst wahrgenommen werden und u.a. für die gegenseitige Anziehung verantwortlich sind. Vielleicht ist also der Unterschied zwischen Männern und Frauen von der Natur beabsichtigt, damit wir uns gegenseitig anziehen? An diesem Wochenende wollen wir durch das Erleben mit Biodanza die Unterschiede zwischen Mann und Frau als faszinierend erfahren, wie auch Respekt und Achtung vor der Andersartigkeit des anderen Geschlechtes.

27.-29. Oktober 2017 in Hückeswagen

Ort: EAG, Wefelsen 5, Hückeswagen
Zeit: Fr 18.30 - So 17.00 h
Gebühr: € 220,- + ca. € 120,- U./Verpflg.

Traumzeit-Trance und schamanische Tänze

Schamanen sind Weise, die durch den Kontakt zur Natur und zu den Geheimnissen des Lebens ihre Kraft gewinnen, um anderen Menschen zu helfen. Auch wir können durch Tanz und Hingabe an die Musik mit ihr verschmelzen: Wir gehen in Trance. Unser Wachbewusstsein wird abgelöst von einem Zustand inneren Friedens und Liebe zum Leben, begleitet von körperlichen Empfindungen angenehmer Wärme und Auflösung körperlicher Grenzen.

10.-12. November 2017 in Melle

Ort: EAG, Wefelsen 5, Hückeswagen
Zeit: Fr 18.30 - So 17.00 h
Gebühr: € 190,- + ca. € 120,- U./Verpflg.

