



# Fortbildungen 2025

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



## INHALTE

### Gruppe A

#### „BEMs & Orientierungshilfen“

(22./23.11.2025 in Lüneburg mit Elisabeth)

Im Flow verbundene BEM's und Orientierungshilfen steigern die Qualität Deiner Bewegungsentwicklung. Es bieten sich Dir viele Möglichkeiten, so dass eine Vertiefung dieser Methoden-Basics geschwungene Spuren in Deinem *ENERGY DANCE*® hinterlassen.

Wir fragen uns:

Wie kannst Du Bewegungsformen einfacher und auch komplexer Art allmählich, präzise und klar in Form und Raum kleinschrittig entwickeln?

Wodurch schulen sie Deine Körperwahrnehmung? Welche Wirkungen haben sie? Wie kannst Du Deine verbale Anleitung verbessern damit ein gutes Mitmachen-Können erleichtert wird?

Was optimiert Deine eigene Bewegungspräsentation/Ausdruck der BEM's?

Wie erlangst Du mehr Kompetenz und Sicherheit durch die Arbeit mit den Orientierungshilfen?

Je mehr Du die Themen und Inhalte dieser Fortbildung integrierst,  
desto mehr wächst Du über Dein Können hinaus.

## **Gruppe A** **„Von Fuß bis Kopf“**

(10.-12.10.2025 in Wusterwitz mit Asha)

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!

---

## **Gruppe B**

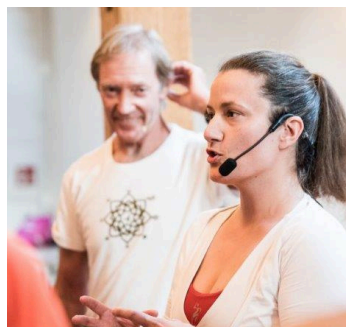
### **„TANZ DER VIER ELEMENTE“**

(08./09.02.2025 in Weinheim mit Elisabeth)

Bei dieser Fortbildung tauchst Du intensiv in den Zauber der vier Elemente ein, um Deinen Bewegungsausdruck zu vervollkommen und ihn noch mehr mit Gefühl und Energie zu füllen.

Welche Bewegungen werden welchem Element und welcher Musik zugeordnet? Was assoziieren sie und wie gelingt Dir die passende verbale Anleitung? Wie optimierst Du dadurch das Zusammenspiel von Musik und Bewegung, damit Deine Teilnehmer die Musik spüren & erleben können?

Mit einem spezifischen Bewegungstraining werden sowohl die korrekte und körperfreundliche Ausführung der jeweiligen Bewegungsformen geübt als auch der Ausdruck der Qualitäten und Elemente. Der qualitative Ausdruck Deiner Bewegungen wird verfeinert und gestärkt, so dass Du mit Deinen Teilnehmern noch intensiver den Einklang von Musik, Bewegung und Gefühl erlebst.



## **Gruppe B**

### **„MUSIK IM GEFÜHL - TANZ IN DER BEWEGUNG“**

(25./26.10.2025 in Laupheim mit Bettina)

Das Zusammenspiel von Musik und Bewegung ist die Herzensqualität von *ENERGY DANCE®*! Wenn Du Dich in Deinem Bewegungsfluss ganz von der Musik leiten lässt, Musik und Bewegung miteinander verschmelzen, dann entsteht dieses Erlebnis von Einheit, Freude und Glück... dieser Flow, bei dem alle gemeinsam auf einer Welle tanzen!

Damit das möglich wird, gilt es die Musik in all ihren Bestandteilen genau zu erfühlen und zu erfassen, um sie dann fließend in passende Bewegungen umzusetzen. Wir werden also tief in die Musik eintauchen, Rhythmus, Klang und Dynamik erforschen und das spezifische eines jeden Musikstücks entdecken. Welcher Grundrhythmus ist angelegt? Ist es nur einer oder mehrere? Welches Gefühl transportiert die Musik? Welchen „Weg“ legt sie zurück? Was macht dieses Musikstück besonders? Und mit welchen Bewegungen setze ich all' das stimmig um? Wie kann ich mich am leichtesten von der Musik leiten lassen? Und welche innere Haltung unterstützt mich dabei?

Lass dich inspirieren Deine Bewegungen noch stimmiger mit der Musikqualität zu verbinden und Deinen Bewegungsfluss präzise und abwechslungsreich zu gestalten. Dann kannst Du mit Deinen TeilnehmerInnen immer wieder eintauchen in diesen besonderen Flow, in dem ihr gemeinsam Freude und Glück erlebt!

---

## **Gruppe C**

### **„AUSDRUCK & -PRÄSENTATION“**

(22./23.03.2025 in Kassel mit Bettina)

Dein Bewegungsausdruck ist ein fundamentaler Bestandteil von *ENERGY DANCE®*, denn erst durch den Ausdruck wird aus der Bewegung ein Tanz! Auch das Bewegungserlebnis oder die harmonisierende Wirkung auf der psychischen Ebene erreichst Du nur, wenn über die Bewegung Emotionen angesprochen und ausgedrückt werden. Deshalb widmen wir uns in dieser Fobi intensiv dem Spüren der Musik, dem Ausdruck Deiner Bewegung, den Bewegungsqualitäten und der ganzkörperlichen Bewegungspräsentation.

Spielerisch und mit viel Spaß schlüpfst Du in verschiedene Emotionen, bekommst Hilfestellungen, Tipps & Tricks sie wachzurufen und auszudrücken. Du schulst Deine Gestik und Mimik, präzisierst Deine verbale Anleitung und lernst wie Du Dich und Deine TeilnehmerInnen im Bewegungsausdruck unterstützt.

Dabei beschäftigen wir uns auch mit dem Spannungsfeld zwischen Deiner Rolle als TrainerIn und der als TänzerIn, und klären, wie Du beides sinnvoll in Deine Stunde integrierst.

Mit dieser Fortbildung kommst Du dem, was *ENERGY DANCE®* sein kann, wieder einen großen Schritt näher und hebst Deine TrainerInnen-Kompetenz auf ein qualitativ höheres Niveau. Du lernst mit der Musik zu tanzen (!), verfeinerst Deinen Bewegungsfluss und bereicherst Deine Stunden durch ein vertieftes Bewegungserlebnis.

## Anmeldung

| <input checked="" type="checkbox"/> | Datum<br>Frühbucher         | Ort        | Thema                                            | Referentin |
|-------------------------------------|-----------------------------|------------|--------------------------------------------------|------------|
| <input type="checkbox"/>            | 08./09. Feb.<br>FB 27.12.24 | Weinheim   | Gruppe B: Tanz der 4 Elemente                    | Elisabeth  |
| <input type="checkbox"/>            | 22./23. Mrz.<br>FB 7.2.25   | Kassel     | Gruppe C: Ausdruck & Präsentation                | Bettina    |
| <input type="checkbox"/>            | 10.-12. Okt.<br>FB 29.8.25  | Wusterwitz | Gruppe A: Von Fuß bis Kopf                       | Asha       |
| <input type="checkbox"/>            | 25./26. Okt.<br>FB 12.09.25 | Laupheim   | Gruppe B: Musik im Gefühl – Tanz in der Bewegung | Bettina    |
| <input type="checkbox"/>            | 22./23. Nov.<br>FB 10.10.25 | Lüneburg   | Gruppe A: BEMs & Orientierungshilfen             | Elisabeth  |

- Arbeitszeiten:** regulär SA 10 - 19 Uhr und SO 9 - 16 Uhr / Wusterwitz FR 17 Uhr bis SO 13 Uhr
- Fortbildungskosten:** 315,00 € (280,00 € Frühbucher); für Verbandsmitglieder 280,00 € (195 € Frühbucher)
- Stornoregelung:** Bis 28 Tagen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 € erhoben. Innerhalb von 27-14 Tagen vor Seminarbeginn, beträgt die Gebühr 100 €. Bei Absage ab 13 Tage vor Seminarbeginn oder Nichterscheinen erfolgt keine Erstattung.

### Erklärung zum Datenschutz

- Hiermit erteile ich dem Verband die Erlaubnis der Weitergabe meiner persönlichen Daten für die Organisation von Mitfahrgelegenheiten.
- Im Gegenzug ist dem Verband die Weitergabe persönlicher Daten an Dritte - außer *ENERGY DANCE®* Academy als Mitorganisator - die nicht Teilnehmer sind, untersagt.
- Mir ist es untersagt, persönliche Daten anderer Teilnehmer für gewerbliche Zwecke, Reklame, usw. weiterzugeben oder zu nutzen.

### Haftungsausschluss

Der *ENERGY DANCE®* weist vorsorglich darauf hin, dass der Teilnehmer der o.g. Fortbildungen 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 \_\_\_\_\_