

## *Frauentänze: Ein 2-jähriges Training für Frauen mit Laura Shannon*



*“Luras ganz spezifische Art, uns Frauen mit Ritualtänzen bekannt zu machen, haben mir gezeigt, wie vielschichtig die traditionellen Tänze sind. Durch ihre Tänze und das Wissen, das in den Tänzen gespeichert ist und das sie zusammen mit uns Frauen entschlüsselt, kommt meiner Sehnsucht entgegen, uns wieder an unsere Wurzeln anzuschließen. Ich schöpfe große Kraft, Stärke, Verbundenheit aus den Tänzen. Selbstvertrauen, das aus meiner Mitte stammt, kommt durch die Tänze zum Vorschein. Die unglaubliche Schönheit von tanzenden Frauen, uns gegenseitig stärkend und wertschätzend. Das große Wissen, das in uns schlummert, wird geweckt durch die Tänze, die Musik, die Symbolik und begleitet mich in meinen Alltag. Ich bin sehr dankbar für diese Schätze.”*

*– Beate Frey*

### *Dieses Training*

bietet an, in dem unterstützenden Kontext einer fortlaufenden und geschlossenen Gruppe intensiv mit traditionellen Frauentänzen zu arbeiten.

### *Das Curriculum umfasst:*

- \*Traditionelle Frauentänze aus dem Balkan, Armenien, dem Nahen Osten und der Roma-Tradition
- \*Musik, Rhythmus und Improvisation
- \*Alte Kunst und antike Textilien in ihrer Beziehung zu den Tänzen
- \*Grundlegende Fähigkeiten in der Weitergabe traditioneller Tänze
- \*Tänze heimatloser Völker & die innere Heimat des tanzenden Körpers
- \*Middle Eastern Garden, eine Bewegungsmeditation für Frauen
- \*Relevante Lehren von spirituellen Frauen verschiedener Traditionen

### *Termine:*

in Lebensgarten Steyerberg bei Hannover, Deutschland:

- I– 4.-7. März 2010 (Do. - So.)
- II– 11.-14. November 2010 (Do. - So.)
- III– 10.-13. März 2011 (Do. - So.)
- IV– 28. September - 2. Oktober 2011 (Mi. - So.)

in Klagenfurt, Österreich:

- I– 18.-21. März 2010 (Do. - So.)
- II– 2.-5. September 2010 (Do. - So.)
- III– 24.-27. März 2011 (Do. - So.)
- IV– 7.-11. September 2011 (Mi. - So.)

Das training ist offen ebenso für Frauen die die Tänze weitergeben wollen wie auch für Frauen die ihren persönlichen Tanzweg vertiefen möchten. Für einen Platz kann sich jede Frau bewerben, die bereits mit Laura getanzt hat. Für weitere Informationen wendet Euch bitte an [www.laurashannon.net](http://www.laurashannon.net)

### *Laura Shannon*

ist in den USA geboren, wohnt seit 25 Jahre in Europa, in Schottland seit 1998 und jetzt auch in Griechenland. Seit ihrer ersten Begegnung mit Sacred Dance in Findhorn in 1984 ist sie weltweit gereist, um traditionelle Kreistänze zu erforschen und zu lehren. Sie hat ein Diplom für interkulturelle Studien und in Tanztherapie und ist in vielen Ländern als Inspiration gebende Tanzleiterin bekannt. Lauras Anliegen ist, stilistische Präzision mit einem tiefen Verständnis für die tradierten Bewegungen und Schrittfolgen zu vereinen, in dem Bewusstsein, dass die ältesten Frauentänze Botschaften in sich tragen, die für unser Leben heute von Bedeutung sein können. Diese Tänze laden unser Inneres Feuer ein: die Energiequelle unserer Leidenschaft, unserer Kreativität, unserer Heilung und unserer Freude. Traditionelle Frauentänze steigern unsere eigene körperliche und emotionale Energie wenn wir tanzen, sie inspirieren uns dazu, uns wieder mit unserem Leib, Herzen und Geist zu verbinden. Sie laden genauso wohltuende universelle Energie in unser Sein ein, die durch unser Tanzen verstärkt wird und sich durch uns in unserer Welt manifestiert.

*“Ich dachte immer: es muss doch noch eine andere Dimension von Tanz geben. Die Frauentänze sind die Tänze, nach denen ich so lange gesucht habe. Diese Tänze haben mich aufgefangen, sie haben mir geholfen, wieder zu mir selbst zu finden. Es gibt nur diese einfachen klaren Schritte, die nicht ablenken und nicht wegführen. Und es gibt diese spürbare Kraft von Generationen von Frauen, die diese Tänze vor mir schon getanzt haben und die mich immer wieder ganz tief berührt. Für mich sind diese Tänze eine Art Essenz von gelebtem Leben.”*

*– Eva Frank*

*“Die Frauen-Ritual-Tänze, wie ich sie von Laura gelernt habe, leiten und begleiten seit vielen Jahren meine innere Sehnsucht nach Heimat, meine Suche nach spiritueller Zugehörigkeit, persönlicher Identität und nach meinen familiären Wurzeln. Das Tanzritual lehrt mich, meinen Weg als Frau alltäglich in einem auf den Boden meines Lebens gestickten Tanzmuster aus persönlichen, gemeinschaftlichen wie spirituellen Erfahrungsfaden zu beschreiten. Diese Erfahrung hat meiner existenziellen Suche einen tieferen Sinn verliehen und mir die authentische Erfahrung von weiblicher, leiblicher Identität ermöglicht. Das sind die Tanzmuster, die ich in allen Frauen-Tänzen finde und als lebendige Energiequelle für mich nutzen und weitergeben kann.” – Ina Beate Ziegler*