



Kathrin Bergsiek und **Christiane Meisenberg** absolvierten ihre mehrjährige Ausbildung bei Reinhard Flatischler, dem Begründer von *TaKeTiNa*®. Sie leiten seit vielen Jahren *TaKeTiNa*-Seminare.

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail, telefonisch oder per Post unter Angabe von Name, Telefonnummer und Mailadresse an:

Dipl.-Psych. Kathrin Bergsiek, Schillerstr. 49, 37083 Göttingen. Tel. 0551 - 517 38 46

bergsiekpsych@gmail.com
oder

Christiane Meisenberg, Vitenhofweg 13, 79853 Lenzkirch-Saig. Tel. 07653 - 96 45 13

Chr.Meisenberg@web.de

Sie wird wirksam, sobald eine Anzahlung in Höhe von 70 Euro überwiesen worden ist auf das Konto von:

Kathrin Bergsiek Volksbank Göttingen
IBAN DE72 5209 0000 0042 5995 06

Teilnahmebedingungen:

Nach Eingang der Zahlung erhalten Sie eine Bestätigung mit Wegbeschreibung. Bei Absagen bis 5 Wochen vor Beginn ist eine Bearbeitungsgebühr von 25 Euro fällig, bis drei Wochen vor Beginn werden 50% der Gesamtkosten, danach wird die gesamte Teilnahmegebühr berechnet, falls nicht ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt wird. Bei Kursausfall erstatten wir die eingezahlte Gebühr in voller Höhe. Der Kurs wird nur bei ausreichender Teilnehmer/innenzahl durchgeführt.

Stärkung der eigenen Ressourcen- Begegnung in Rhythmus und Natur

TaKeTiNa-Rhythmuserfahrung für
Menschen in helfenden Berufen



12. Bis 14. Mai 2023

Tagungshaus FeldbergFalkau 79868 Feldberg

Stärkung der eigenen Ressourcen – Begegnung in Rhythmus und Natur

Selbstfürsorge stärken und für die eigene Balance sorgen - das sind essenzielle Voraussetzungen, um hilfreich für andere sein zu können.

Den Akku aufladen, eine Auszeit nehmen, und wiederentdecken, was uns inspiriert, uns beflügelt und Freude auslöst - der musikalische Weg TakeTiNa lädt uns dazu ein, uns mit unserer zentralsten Lebenskraft zu verbinden: Rhythmus!

Im Rhythmuskreis, begleitet und getragen von einer großen Basstrommel in der Mitte, ist unser Körper das Instrument. Mit Stimme, Schritten und Klatschen gestalten wir einfache, unterschiedliche Bewegungen gleichzeitig, ohne dass wir etwas wissen oder erreichen müssen. Im Call-Response-Singen entsteht rhythmisch vielschichtige Musik.

Im steten Wechsel zwischen „aus dem Rhythmus fallen“ und „in den Rhythmus zurückfinden“ können sich spielerisch einschränkende Denk- und Verhaltensmuster auflösen. Unsere Fähigkeit zu einem gelasseneren Umgang mit turbulenten und komplexen Situationen nimmt zu. Wir können mehr bei uns sein, während wir gleichzeitig Geborgenheit und Heimat im Rhythmus und mit der Gruppe erleben.

In der wunderschönen Umgebung des Hochschwarzwald gelegen, ist das Tagungshaus Falkau die ideale Basis für Entspannung, Begegnung und Inspiration.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Weitere Infos zu TakeTiNa@: www.taketina.com
(offizielle Website des TakeTiNa-Institut)



Leitung

Kathrin Bergsiek

Dipl.-Psychologin • Psychotherapeutin
TakeTiNa Advanced Rhythm Teacher
www.psychotherapieundrhythmus.de

Christiane Meisenberg

Diplom – Sozialpädagogin
TakeTiNa Rhythm Teacher
www.bergmeise.de

Datum

12.05. – 14.05.2023
Ankunft im Tagungshaus ab 17.00

Kurszeiten

Freitag 18.30-21.30
Samstag 09.30-12.30 u. 15.00-17.30
Sonntag 10.00-12.30

Ort

Haus Feldberg Falkau,
Schuppenhörnlestr. 74 79868 Feldberg

Gebühr

365,- bis 01.04.2023
325,- Frühbucher bis 01.02.2023
Inklusive Vollpension im EZ