

**Uschi Strobel**, Dozentin für Meditation des Tanzes  
Ausbildung 2010 – 2012 und Aufbaustudium 2018/2019  
am *Institut Meditation des Tanzes – Sacred Dance –  
Friedel Kloke-Eibl*, zahlreiche Seminare bei Heidi Hafen,  
Unterricht in klassischem Tanz, seit 2015 eigene  
Kursangebote

**Anna-Barbara Santschi**, Shibashi-Lehrerin CfC, Aus-  
bildung 2009 – 2010, regelmäßige Weiterbildung bei  
Shibashi-Ausbildnerin. Ausbildung Meditation des  
Tanzes - Sacred Dance, 2010 – 2012.

---

Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich  
gerne zu Musik im Kreis bewegen und  
interessiert sind an der Körperwahrnehmung  
zu arbeiten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

---

**Kloster Ilanz – Haus der Begegnung**

Klosterweg 16, 7130 Ilanz, 081 926 95 40, [www.hausderbegegnung.ch](http://www.hausderbegegnung.ch)  
[hausderbegegnung@klosterilanz.ch](mailto:hausderbegegnung@klosterilanz.ch)

Das Haus der Begegnung ist ein Teil des Klosters der  
Dominikanerinnen von Ilanz, ein Ort für Bildung und Besinnung auf  
christlich-biblischer Grundlage.

Die wunderbare Bündner Berglandschaft und die zuvorkommende  
Betreuung durch die ‚Hausgeister‘ schaffen den Rahmen sowohl für  
lebendige Bildungsarbeit als auch für Stille.



Offen für das NEUE

Meditation des Tanzes und Shibashi

mit

Uschi Strobel und Anna-Barbara Santschi

**22. – 25. August 2024**

**Ilanz, Haus der Begegnung**

Meditation des Tanzes  
Bewegung und Begegnung – im Kreis – mit den Anderen und mit sich selbst. Der Tanz bringt Öffnung und Konzentration, bietet Herausforderung und Ruhe – kann ein Weg zur Einheit von Körper, Geist und Seele sein.

Shibashi (Qi Gong)  
wird als Meditation in Bewegung gelehrt. Die ruhig fließenden und wiederholten Bewegungen helfen uns, den Körper wahrzunehmen, die Lebenskraft zu stärken, Gedanken ziehen zu lassen. Shibashi kann uns dabei unterstützen, in die Ruhe zu finden und Körper, Geist und Seele zu harmonisieren. Wir nehmen uns für diesen Kurs die fünf Jahreszeiten, eine Kurzform von Shibashi vor.  
Mehr zu Shibashi: [www.shibashi-net.ch](http://www.shibashi-net.ch)

---

*Etwas lernen und mit der Zeit darin immer geübter werden, ist das nicht auch eine Freude?*

Konfuzius

Beginn 18.00 Uhr Abendessen

Ende 14.00 Uhr Mittagessen

Kurskosten Sfr 280.- bis 340.-  
(Selbsteinstufung)

Pensionskosten inkl. Vollpension

DZ/DU/WC p.P. CHF 363.-

EZ/DU/WC CHF 399.- bis 429.-

EZ/Lavabo CHF 339.-

Anmeldung bis **18. Juli 2024**

bei Uschi Strobel  
Brombachstraße 9  
D – 79618 Rheinfelden  
0049 (0)7623 79 75 63  
uschi\_strobel@web.de

Nach Ablauf der Anmeldefrist wird eine Liste der Teilnehmenden, sowie eine Bestätigung mit Informationen zum Seminar und den Zahlungsmodalitäten verschickt.

Bei Annullierung bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von Sfr 30.- / Euro 20.- fällig. Bei Absage bis 14 Tage vor Kursbeginn werden 50%, danach die vollen Kursgebühren berechnet, wenn nicht eine andere Person den reservierten Platz übernehmen kann.