

THE CYCLES OF LIFE

AGAFAY 21.–26. OKTOBER 2018

Ein 6tägiger Tanzretreat um deinen eigenen Weg des Wachstums zu entdecken und zu stärken!

Menschliches Wachstum ist ein Entwicklungszyklus, der verschiedene Stadien durchläuft, in der Kindheit beginnt und sich übers ganze Leben wiederholt. In diesem Retreat tanzen wir durch die Landschaft folgender Stadien (nach Pamela Levin): SEIN, TUN, DENKEN, Entwicklung von IDENTITÄT, GESCHICKLICHKEIT, ERNEUERUNG und WIEDERAUFBEREITUNG.

Manchmal ist das Leben süß. Manchmal ist es herausfordernd.

Was ist deine innere Stärken um diesen Schwierigkeiten zu begegnen, wenn sie auftauchen? Wo in dir kannst du den Mut finden, auch mit unangenehmen Gefühlen zu sein? Durch Exploration und Improvisation hast du die Möglichkeit deine Antworten über Körper, Geist und Seele über Bewegung, Bilder und Sprache zu finden. Aus den Erkenntnissen der verschiedenen Entwicklungsstadien kannst du dich wieder mit deinen Ressourcen verbinden, um gestärkt, präsent und lebendig mit dir und der Welt zu sein.

Programm:

2 Tanz-, Yoga-, Wahrnehmungs- und Meditationssessions pro Tag à 2.5 Stunden in der Steinwüste, am Pool, am Fluss unter den Bäumen. 25 Stunden kreative Exploration unter anderem auch schweigend. Zudem Zeit für Entspannung am Pool, Schreiben, Zeichnen, Spaziergänge in der Wüste, sowie Zeit für sich und in der Stille.

Organisation & Leitung: Irina Horvath – www.movingprocess.ch - 0041 (0)78 628 22 41

Dipl. Kunsttherapeutin, Tanz & Bewegung

Dipl. Yogalehrerin

Dipl. Sekundarlehrerin Phil. I

Ankunft: Sonntag, 21. Oktober

Treffpunkt Marrakech um 14.00 Uhr

Abreise: Freitag, 26. Oktober nach 13 Uhr



Unterkunft: La Pause in AGAFAY - <http://www.lapause-marrakech.com>
30 Kilometer von Marrakesch, in der "Wüste Marrakchi", ist La Pause eine Oase inmitten einer wunderbaren Landschaft, gelegen an einem Fluss in der Steinwüste. Übernachtung in Lehmhäusern oder im Zelt.

Zur Leitung

Irina Horvath (*1976) ist in Chur geboren, lebt in Zürich und befindet sich seit 2004 auf dem Weg Körper, Geist und Seele tiefer zu erforschen. Durch Pilgern, Tanzen, Yoga und Meditation hat sie selbst die Erfahrung gemacht, wie die Wechselwirkung zwischen Körper und Geist wirkt und was dies für einen Einfluss auf das seelische Wohlbefinden ausübt. Als Kunsttherapeutin Tanz- und Bewegung, sowie Yogalehrerin ist es in ihren Tanzimprovisations-, Hatha und Yin Yoga inspirierten Stunden ihr ein Anliegen, stets auf den Moment zu achten, die Aufmerksamkeit auf den Körper zu lenken und den inneren Geschehnissen wertfrei begegnen zu können. Irina unterrichtet in Deutsch und Englisch. Ferienreisen hat sie bereits mit Erfolg nach Marokko organisiert. In Ihrer eigenen Praxis in Zürich arbeitet sie kreativ im Einzel oder mit Gruppen. Mehr Infos zu ihrer Person: www.movingprocess.ch



Zum Programm (Programmänderungen vorbehalten!):

Sonntag	Treffpunkt Marrakesch um 14.00 Uhr. Gemeinsame Anreise nach Agafay. Opening circle am Abend im Camp.
Montag bis Donnerstag	2 Sessions à 2.5 Stunden an verschiedenen Plätzen im und rund ums Camp zu verschiedenen Tageszeiten.
Freitag	Closing Circle am Morgen im Camp. Kursende 13.00 Uhr nach dem Mittagessen. Individuelle oder gemeinsame Abreise.

Kosten Unterkunft:

Lehmhaus, Vollpension (exkl. Getränke), im Doppel pro Person	875 Euro
Zelt, Vollpension (exkl. Getränke), im Doppel pro Person	675 Euro
Lehmhaus, Vollpension (exkl. Getränke), Einzelbelegung	1000 Euro
Zelt, Vollpension (exkl. Getränke), Einzelbelegung	750 Euro

Kurskosten:

Bei 6 TN	CHF 640
Bei 8 TN	CHF 480
Bei 10 TN	CHF 380
Bei 12 TN	CHF 320

Zusätzlich:

Flug, Transfer Marrakech – Agafay Retour, Getränke, Trinkgelder, Persönliche Ausgaben, Reise- und Unfallversicherung

Teilnehmeranzahl:

Mindestens 6

Im Kurspreis inbegriffen:

- ✓ Reiseberatung für Anreise, Empfehlungen in Marrakech
- ✓ Kursleitung durch Irina Horvath
- ✓ Willkommenstee

Anmeldung und Bezahlung:

Die Anmeldung erfolgt mit dem Anmeldetalon. Die Anmeldung ist erst definitiv nach eingegangener Anzahlung von CHF 400.

Vollständige Rückerstattung der Anzahlung 90 Tage vor Beginn bei Nicht-durchführung des Kurses.

Im Verhinderungsfall des Teilnehmers bis 30 Tage vor Beginn: keine Rückerstattung der Anzahlung, ausser es findet sich einen Ersatz.

Im Verhinderungsfall des Teilnehmers ab 30 Tage oder weniger vor Kursbeginn: 100 % der Gesamtkosten sind fällig. Ausser, es findet sich einen Ersatz.

Einzahlung Kurskosten bitte in CHF auf folgendes Konto:

Irina Horvath, Minervastrasse 136, 8032 Zürich,
ZKB CH46 0070 0110 0067 5738 5, Vermerk: Agafay

Ich behandle deine Daten verantwortungsbewusst, sie werden weder veröffentlicht, noch verkauft, noch unberechtigten Dritten zugänglich gemacht.

Haftung

Die Organisation und Kursleitung übernimmt keine Haftung. Der Abschluss einer Reiseannulationsversicherung, Haftpflicht und Ausland-Krankenversicherung ist Sache der Teilnehmenden. Es ist wichtig, dass jede/r TeilnehmerIn selbst verantwortlich ist für seine/ihre physischen und psychischen Grenzen!

Weitere Bedingungen:

- Keine Einnahme von Psychopharmaka und Drogen
- geistige, seelische und körperliche gute Gesundheit sind Voraussetzung!

Sonstiges

- ✓ Bewegungsfreundliche Kleider
- ✓ Trekkingschuhe
- ✓ Schwimmzeug
- ✓ Sonnenschutz (Hut, Crème, lange Ärmel)
- ✓ Tagebuch und Malstifte
- ✓ Yogamatte

Anmeldetalon Bitte mailen an: Irina Horvath, movingprocess@hotmail.com

Name:	Vorname:
Adresse:	Wohnort:
Email:	Telefon:
Geburtsdatum:	
Zimmerwunsch (EZ oder DZ):	
Allergien / Unverträglichkeiten Essen:	
Körperlicher und Psychischer Gesundheitszustand:	
Bemerkungen allgemein / Fragen:	

Hiermit bestätige ich, dass ich über die Voraussetzungen zu diesem Kurs informiert worden bin und ich für meinen Gesundheitszustand selbst die Verantwortung trage. Ich kann die Kursleitung bei Komplikationen nicht dafür haftbar machen.

Datum/Ort:

Unterschrift: