



**„Von guten Mächten
treu und still umgeben“**



Meditativer Kreistanz

A♯ JUBILÄUMS-SEMINAR-REIHE ♯Ω

zum 20-jährigen Bestehen

ein Meilenstein: Sa. 06.04.2024 10-13 Uhr

In den Räumlichkeiten des Gemeindesaals

der Christophorus Kirchengemeinde

Postweg 2, 28870 Ottersberg



Seminar-Leitung:

Petra Reinken-Umbach



ANMELDE - FORMULAR
Meditativer Kreistanz
WOCHENEND-SEMINAR
IM KLOSTER NEUENWALDE

- ☐ Sa. 04.05.- So. 05.05.2024 € 289,50
„GETANZTE GEBETE & DIE HEILSAME KRAFT DES KREISES“
 Leitung: P. Reinken-Umbach & Hilke Erasmí

!!! Anmeldeschluss: Fr. 09.02.2024 !!!
 >>>auf spätere Nachfrage ggf. Teilnahme möglich

Ankunft: Samstag bis 10 Uhr
 Abreise: Sonntag ab 16:30 Uhr

Hiermit melde ich mich verbindlich zu dem ausgewählten Seminar an und überweise die Seminar-Kosten von € 140,- sowie die Übernachtungs- und Verpflegungspauschale im Kloster Neuenwalde € 149,50/ also insgesamt **€ 289,50 im Voraus bis zum 09.02.2024**
 Konto: Martin Umbach, Volksbank Ottersberg
 IBAN: DE 71 29165681 0107697300

>>> Teilnehmer:innen-Versicherung über die ERGO-Reiseversicherung € 13,90 Tarif SV202 durch persönlichen Direktabschluss möglich

.....

Ort, Datum	Unterschrift
Adresse:
Telefon:
Gesundheitliche Einschränkungen	
☐ nein ☐ ja, welche.....	

ANMELDE - FORMULAR
Meditativer Kreistanz
TAGES-SEMINARE

Hiermit melde ich mich verbindlich zu dem ausgewählten Seminar an und überweise die Seminar-Kosten nach Erhalt der Rechnung.

VO: Gemeindehaus der Christophorus-Kirche, Ottersberg

- ☐ Sa. 06.04.2024 10-13 Uhr € 40,-
„Von guten Mächten treu und still umgeben“
Bewegte Achtsamkeit in unserem DaSein
 Leitung: Petra Reinken-Umbach
- ☐ Sa. 25.05.2024 10-13 Uhr € 45,-
„Das Hineni - Hier bin ich“
im Meditativen Kreistanz & Yoga, kombiniert
Zwei Wege zur ganzheitlichen Präsenz
 Leitung: P. Reinken-Umbach & Sylvia Blümel
- ☐ Sa. 14.09.2024 10-15 Uhr € 55,-
„Die Kraft der 8 Brokate im Qi Gong“
unterstützt durch Meditativen Kreistanz
 Leitung: Jens Bartelt & P. Reinken-Umbach

.....

Ort, Datum	Unterschrift
Adresse:
Telefon:
Gesundheitliche Einschränkungen	
☐ nein ☐ ja, welche.....	

Die Reise zu uns selbst

Liebe Tanzgefährt:innen

Im Meditativen Kreistanz „pilgern“ wir gemeinsam auf der Kreisbahn des Lebens zur Mitte unseres Daseins.

Wir lassen uns tragen von Melodien aus aller Welt - finden durch die Kraft der fließend getanzten Bewegungen und Körpergebärden in eine besondere Art von Besinnung und freier Religiosität.

Immer wieder führen die gemeinsamen Wege uns über einfache, beschwingte Schrittmuster zur Kreis-Mitte hin. Die große, reich geschmückte Kerze in der Mitte wird zur leuchtenden Vermittlerin zwischen Himmel und Erde. Sie symbolisiert unsere göttliche Verbundenheit und ist gleichzeitig auch Sinnbild der persönlichen inneren Mitte, auf die wir still zustreben.

So schöpfen wir in unserem Bewegungsfluss aus dieser Kraftquelle und entwickeln eine neue Achtsamkeit miteinander und mit uns selbst.

2004-2024

A♯ JUBILÄUMS-SEMINAR-REIHE ♯Ω
zum 20-jährigen Bestehen

Meditativer Kreistanz

Licht- & Friedenstänze

Bachblütentänze

Getanzte Gebete

Tänze zu den Perlen des Glaubens

Wandlungstänze

Tänze aus aller Welt

Die Kraft der heilsamen Bewegung
Besinnung * Lebensfreude * Begegnung * Verbundenheit

... schenkt Ruhe durch Bewegung

... fördert den inneren Halt

... unterstützt die Körperkoordination
und -orientierung

... löst Blockaden

... stärkt die Regeneration

!!! AUSWAHL !!!

DER TAGES- & WOCHENEND-SEMINARE
DIREKT AUF DEN ANMELDE-
FORMULAREN



Ich freue mich auf Euch!
Herzlichst, Petra Reinken-Umbach



HINWEISE

Bei diesen Seminaren braucht Ihr keine Vorerfahrungen im Tanz. Nach der Hälfte der Seminar-Zeit gibt es eine gemeinsame Pause für eine Zwischenmahlzeit und einen interessierten Austausch untereinander.

Buchung:

Bitte sendet Eure verbindliche Anmeldung mit vollständiger Adresse und Telefonnummer

bis 1 Monat vor Seminar-Beginn

per Brief/ Email an:

**Petra Reinken-Umbach, Mühlenweg 8b,
28870 Ottersberg/ petra@dieumbachs.de**

Eine Buchungsbestätigung wird versandt.

Die Rechnung erhaltet Ihr per Post.

**Bei kurzfristigen Absagen wird die Hälfte
der Kosten in Rechnung gestellt.**

**Für das Kloster-Wochenend-Seminar
gelten besondere Bedingungen (Siehe Anmelde-Formular)**

Adressen der Veranstaltungsorte (VO):

Gemeindehaus, Postweg 2, 28870 Ottersberg

Praxis Niggemeier-Denker, Am Marktplatz 8, 27711 OHZ

Mehrgenerationenhaus, Immentum 1, 27356 Waffensen

Kloster Neuenwalde, Bederkesaer Str. 19,

27607 Geestland (Bad Bderkesa)

Bitte jeweils ca. 15 Minuten vor Beginn ankommen.

Bekleidung:

Bequeme Kleidung - gern, wie Ihr Euch wohl und schön fühlt,
leichte Schuhe mit tanzbarer Sohle.

Versorgung:

Mitzubringen für ein gemeinsames Büffet
ein Getränk und eine Pausenmahlzeit

Petra Reinken-Umbach Jahrgang 62



***Dipl. Kunst-Therapeutin**

***Kurs- & Seminar-Leiterin
für Meditativen Kreistanz**

Tanz-Lebenslauf

- Okt. 2023 Besuch der Ausbildungs-Leiterin der Bachblüten-Tänze Heidemarie Walbert und Ihres Tanzkreises in Wien
- Sept. 2023 Teilnahme von Mitgliedern des Meditativen Tanzkreises, Ottersberg am HUMAN Tanz-Projekt von Prof. H-J. Reich und Chr. Reich-Ludwig nach der Musik von Helge Burggrabe
- seit 2023 Kreistanz-Seminare zu den Bachblüten und den Perlen des Glaubens
- seit 2022 Integration der gesungenen Gebete aus dem HAGIOS - ZYKLUS von Helge Burggrabe als Kreis- und Gebärdentänze nach Nanni Kloke und eigenen Choreografien
- seit 2022 Leitung der Tages-Seminare Meditativer Kreistanz in der Praxis K-H Niggemeier Denker, Osterholz-Scharmbeck

- seit 2014 Autodidaktisches Studium der Bachblütentänze nach Dr. Edward Bach und Anastasia Geng (Kreistanzlehrerin/Choreografin) und Einbindung dieser heilsamen Tänze in die Gemeindegarbeit
- seit 2010 Leitung des Meditativen Tanz-Kreises in der Christophorus Kirchengemeinde, Ottersberg und der Kreistanz-Seminar-Reihe an verschiedenen Orten der Kraft
- 2008 - 2010 Berufsbegleitende Ausbildung Meditativer Kreistanz und philosophisch-interreligiöse Diskurse bei Masanobu Hirata und Dr. Gotthard Fermor in Loccum (TAIKI Freundeskreis)
- 2004 - 2010 Meditativer Kreistanz als Besinnung im Lebensalltag bei Luise Schmidt, Ottersberg
- 1998 - 1992 Studium Dipl.Kunsttherapeutin
Abschluss-Arbeit: Atem & Rhythmus
- Die Beziehung zwischen dem Menschen und der Welt

Kreistanz-Fortbildungen bei:
Hannelore Wittkowski, Reinhard Flatischler, Iria Otto, Sibylle Baalman,