

TANZ DER ELEMENTE

FERIENSEMINAR VON SPIRALDANCE

KURSNUMMER: SON 04
KURSZEIT: ca. 4-6 Std./Tag
PREIS: € 1280



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

Claudia Christen:

**diplomierte Tanz- und
Bewegungspädagogin, Körper- &
Bewegungstherapeutin.**

Tanzausbildung Modern / New Dance
an der Hochschule der Künste in
Amsterdam, Holland (1983-1988
vollzeit). Besuch 3-jähriger
Ausbildung Ideokinese / Franklin-
Methode® (2000-02). Besuch
Grundlehrgang Spiraldynamik®
(1997-98, und weitere Kurse seit
2002). Seit 1988 viele verschiedene
Weiterbildungen und Kurse im In-
und Ausland in modernem /
zeitgenössischem Tanz und
Choreografie, Contact-dance, Butoh,
Yoga, 5-Rhythmen Tanz, Atem- und
Stimmarbeit, Meditation, Rio Abierto,
Authentic movement, Continuum
movement, Tanztherapie,
Persönlichkeitsarbeit, integrative
Körperpsychotherapie (IBP) und
Fortbildung Traumatherapeutische
Prozessbegleitung für
Körpertherapeut:innen (seit 2008)
usw. Beginn Unterricht eigener Kurse
im 1986 in Holland. Seit 1995
regelmässiger Tanz und
Bewegungsunterricht für Erwachsene
und Kinder vorwiegend in Zürich.

**Ich freue mich sehr, an diesem
wunderschönen Ort auf Korfu
wieder mein Seminar „Tanz der
Elemente“ anbieten zu dürfen.
Herzlich willkommen zu dieser
gemeinsamen, wohltuenden,
transformierenden und kreative
Woche, verbunden mit
den Naturelementen und ihren
kraftvollen und regenerierenden
Qualitäten.**

Feedbacks von ehemaligen Seminarteilnehmer:innen

*Liebe Claudia, den Kurs "Tanz der
Element" auf Korfu in Worte zu
fassen fällt mir schwer. Man muss es
einfach erlebt haben! Jeden Tag
positiv auf's neue überrascht über
den Kurs und was es in mir bewirkte,
fühlte ich so eine wunderbare Freude
und Energie, einfach unfassbar. Ich
danke dir für deine Präsenz und die
Liebe zum Tanz die du uns so*

08.08.2026 - 15.08.2026

TANZ DER ELEMENTE - Ferienseminar von SPIRALDANCE

**Wir entdecken die vielfältigen Qualitäten der Naturelemente tanzend
in uns und in der Natur.**

**Dieses Seminar richtet sich an alle Menschen- welche durch Tanz,
Bewegung und Körperarbeit und im direkten Kontakt mit der Natur,
die Verbindung zu ihrer eigenen Quelle der Kreativität und Intuition
entdecken, vertiefen und zum Ausdruck bringen möchten.**

Wir lassen uns von den vier Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft sowie
von dem Element Raum inspirieren. Wir können uns z.B. mit der
Geborgenheit und dem Nährenden der Erde, mit dem Fließenden und
Verbindenden des Wassers, mit der Lebendigkeit und transformierende
Kraft des Feuers sowie mit der Leichtigkeit und Grenzenlosigkeit der Luft
verbinden. Wir erleben den Raum, als weite und stille Quelle aller
Elemente.

Wir werden spezielle Naturplätze und Kraftorte besuchen, an denen die
Elemente besonders präsent sind und uns auf eigene Art und Weise damit
verbinden. Wir erfahren, in der Bewegung wie auch in der Stille, durch
persönliche Rituale und meditative Momente ihre belebenden,
harmonisierenden und regenerierenden Kräfte.

Im schönen Tanzraum, inspiriert von der Vielfältigkeit der Qualitäten der
einzelnen Elemente, unterstützt und beflügelt durch die dazu ausgewählte
Musik und den Begegnungen mit den anderen Mittanzenden, schenken wir
unseren eigenen inneren Bildern und Gefühlen viel Raum und bringen
diese im freien Tanz (teils auch mit Farbe und Klang) zum Ausdruck.

Durch Körper-, Atem- und Selbstwahrnehmung, sowie innere
Vorstellungsbilder, Selbstmassage und Körperarbeit vertiefen wir unser
Körpergefühl und bringen mehr Bewusstheit und Beweglichkeit in unseren
ganzen Körper, um dann noch tiefer in unseren „Tanzreisen“ eintauchen
zu können.

Durch die Verkörperung in der Bewegung - von wild lebendig, leicht und
verspielt, fließend und geschmeidig bis ganz geborgen, tief verwurzelt und
genährt - erhalten wir einen wertvollen Zugang zu den Elementen und zu
uns selbst. Wir können dabei ihre Bedeutung in unserem Alltag und Leben
besser verstehen. Wir erkennen unsere individuellen Stärken und
Vorlieben und können somit den verborgenen Anteilen in uns mehr
Bewusstheit und Raum schenken.

*ausdrucksstark vermittelt hast.
Andreas W., Tanz der Elemente,
Korfu, 2015*

*Liebe Claudia, ich möchte dir so sehr
danken für den "Tanz der Elemente",
an dem ich teilnehmen durfte auf
Korfu. Für mich war es eine
Offenbarung. Es war traumhaft
schön, das Tanzen magisch, pure
Inspiration. Arillas, der Strand, das
Zentrum, all das hat ein Übriges
dazugetan. Es war perfekt. Danke.
Rosie C, Tanz der Elemente, Korfu,
2015*

*Das Schönste was ich erleben durfte,
war die Woche auf Korfu. Mit viel
Liebe hat Claudia den Workshop
Tanz der Elemente geführt. Ich
konnte eintauchen in die Musik, den
Tanz und in meine Geschichte.
Liebevoll wurde ich in meinem
Prozess begleitet und unterstützt. Als
Geschenk, dies alles auf der
wunderschönen Insel Korfu und an
diesem malerischen Ort Arillas. Ich
kann allen die gerne tanzen diesen
Kurs von Herzen empfehlen, denn er
ist unvergesslich wunderschön. Anita
S., Tanz der Elemente, Korfu, 2016*

© Spiraldance, Claudia Christen,
8001 Zürich

Wir verfeinern unsere Achtsamkeit für den Moment und für unsere innere Befindlichkeit und können dadurch unsere Bedürfnisse und Herzenswünsche besser erkennen. Im Spiegel der Natur, mit offenen Sinne, geführt von unserer inneren Stimme und Intuition können wir die Botschaften empfangen, welche uns auf unserem weiteren Lebensweg und im Alltag unterstützen.

Wir kommen der Essenz von Erde, Wasser, Feuer und Luft durch unsere ganz persönliche Erfahrung näher und verbinden uns mit dem Atem, Fluss und Puls der Natur und des Lebens!

Eine Woche für Körper, Herz und Geist, zum Auftanken und als Quelle der Inspiration.

Neben den Kurszeiten besteht genug Freizeit für Strand, kleine Ausflüge und um die griechische Atmosphäre zu geniessen!

Alle sind herzlich willkommen! Keine spezielle Vorkenntnisse erforderlich.

Der sehr schöne und grosse Seminarraum (Fontana 1) liegt im Garten und hat mehrere grosse Fenstertüren, sowie eine angenehme Lüftung.

Seminarzeiten Sonntag bis Freitag: 6 Tage à je 4-6 Std. (zirka 29 Std.). Die beiden Samstage gelten als Reisetage.

Ausführliche Informationen was mitnehmen usw. folgen zirka 2-3 Wochen vor dem Seminar.

Verlängerung des Aufenthaltes vor oder nach dem Seminar ist auf Anfrage möglich. Begleitpersonen ohne Teilnahme am Seminar sind willkommen und dürfen am offenen Programm des Seminarhauses teilnehmen.

© Spiraldance, Claudia Christen, 8001 Zürich

BUCHUNGS-TIPP:

Bei Buchung bis 15.05.2026 erhalten Sie € 70 Rabatt !

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im einfachen DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteiltem Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
Gegen Aufpreis:
 - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50 – 100 € pro Person & Woche
 - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30 - 40 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe L (= Meerblick, Klimaanlage): 110 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe LX (= Luxus, Meerblick, Klimaanlage): 150 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische/Vegane Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 06:00-23:59 Uhr)