

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 kreativen 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 Elementen 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. Liebenvoll 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)