

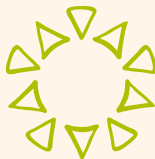
«Dance-of-life»

Rhythmus-Tanz

Tanzimprovisation, Körperarbeit & Rhythmusspiel



Mittwoch, 19 – 21.15 Uhr / regelmäßig & wöchentlich



IMPULS-Institut für Musik & Bewegung

Thomas Viehweger

(Tanz- und Rhythmuspädagoge, Dipl. QiGong-Lehrer, Dozent FH, Erwachsenenbildner, Coach)

Sonnenbühlweg 1 | 6010 Kriens | Mobile 079 343 45 38

www.impuls-kurse.ch | www.integrative-rhythmuspaedagogik.com



«Dance-of-Life»

«Dance-of-life» ist eine Bewegungs-Improvisations-Praxis. In ihr verschmelzen Ansätze moderner Tanzpädagogik mit dem Hintergrund von taoistischen und schamanistischen Praktiken und bilden eine Synthese mit der westlichen Lehre der humanistischen und transzendentalen Psychologie. Darin verwoben sind Arbeitsweisen aus Tanztheater, Ausdrucks-tanz, Trancetanz, Rhythmuspädagogik, Qi Gong, Atemarbeit, Bioenergetik, Martial-Arts, Ritualarbeit, Rites-of-passages und Archetypenlehre. Diese Arbeit hat die Absicht die menschliche Essenz, durch Tanz und Rhythmus zu stärken. Sie ist initiativ und zielt darauf ab Menschen mit ihrem Potential zu verbinden.

Fokus «RhythmusTanz»

Der Körper ist das Instrument, welches wir stimmen und spielen. Das Rhythmische im Tanz und das Tänzerische im Rhythmus verbinden sich. Impulsiver Ausdruck und das Pulsieren in einem gemeinsamen Rhythmus gehen ineinander über. Rhythmus- und Tanzarchetypen sind die Werkzeuge, um Durchlässigkeit und Flow zu entdecken. Die Freude an der eigenen Ausdrucks-sprache wächst aus dem Geschehen-lassen der Bewegung. Flow entsteht aus dem intensiven «Drin-sein» im Tanz, bis «es-mich-tanzt!»

Zielgruppe

EinsteigerInnen sind herzlich willkommen erste Schritte zu tun. **Erfahrene** werden gezielt gefördert. JedeR lernt da, wo er/sie steht.

Für die Teilnehmenden der regelmässigen Gruppen RhythmusTanz und Qi-Gong gehört das Qi-Dance-Wochen-ende vom 15.–17. Januar 2027 als vertiefendes Angebot zum Jahreszyklus.

Die Gruppengrösse beträgt mindestens 6 und maximal 14 Personen.

Arbeitsweisen

Stimmen des Körperinstrumentes:

Qi Gong & Körperwahrnehmung, Atem- & Energiearbeit

- ▷ Einstimmende Körperarbeit dient der Erdung, Zentrierung und Vertiefung der Atmung
- ▷ Meditative Energiearbeit führt zu Sammlung und Verwurzelung im Körper

Spiele des Körperinstrumentes im Bewegungsausdruck: Tanzimprovisation

- ▷ Themenfokussierte Tanzimprovisation bildet Zugänge und Verbindung zur eigenen Ausdruckssprache
- ▷ Raum-Zeit-Kraft-Gestaltung erweitert und belebt das Ausdrucks-Repertoire
- ▷ Bodyparts, Polaritäten und Lebensthemen bringen den Stoff um im Tanz alles Mögliche umzuwandeln

Spiele des Körperinstrumentes im Rhythmuskreis:

TakeTiNa®, Pulsdrumming, Rhythmus- & Stimm-Improvisation

- ▷ TakeTiNa®-Rhythmusarbeit ist ein Königsweg. Der Körper ist das Instrument: Einfache Tanzschritte, Körperklänge und die Rhythmusstimme werden zu einer einfachen, groovigen «Band in the body»
- ▷ Rhythmusarchetypen werden unmittelbar und sinnlich als Körperwissen erlebbar

Vertiefende Arbeitsweisen:

- ▷ Bewegungsmeditationen, Quantum-Light-Breath-Atemmeditation & Sufi-Tanz
- ▷ Bodypercussion, Circle-Songs & Drum-Circles





Kursleitung



Thomas Viehweger

In 35-jähriger Forschungsarbeit hat Thomas Viehweger im Tanz eigene Wege entwickelt, um Menschen mit ihrem Ausdrucksreichtum in Verbindung zu bringen. Westliche und östliche Ansätze integrieren sich. Ausbildung zum Tanzpädagogen für Tanzimprovisation/ Tanztheater, Qi Gong-Lehrer, Advanced-TaKeTiNa®-Rhythmspädagoge, Musiklehrer SMPV, Erwachsenenbildner/ Ausbildner sowie Coaching/Supervision. Musiker in verschiedenen Afro-Latin- und Weltmusikprojekten.

Ort:

ImPuls-Zentrum, Sonnenbühlweg 1, 6010 Kriens,
[Lageplan](#), [Routenplaner](#)

Kosten:

Die Anmeldung erfolgt wahlweise für das ganze Schuljahr oder für das 1. oder 2. Semester. Bei Jahresanmeldung ist ein Rabatt bereits abgezogen.

▷ Ganzes Schuljahr 2026–2027:

Fr. 2187.–
(37 Abende à 135 Min. + 1 Vertiefungswochenende)

▷ 1. Semester:

Fr. 1364.–
(19 Abende à 135 Min. + 1 Vertiefungswochenende)

▷ 2. Semester:

Fr. 1008.–
(18 Abende à 135 Min.)

Verpasste Abende können nach Absprache in anderen ImPuls-Kursen kompensiert werden.

Detailinfos

Daten/Zeiten:

- ▷ Mittwoch, 19–21.15 Uhr.
Die Kurse fallen in den Luzerner Schulferien aus.
- ▷ Ganzes Schuljahr 2026–2027: 37 Abende à 135 Min. / Qi-Dance-Wochenende 15.–17. Januar 2027
- ▷ 1. Semester: 19 Abende à 135 Min. + Qi-Dance-Wochenende 15.–17. Januar 2027
- ▷ 2. Semester: 18 Abende à 135 Min.

Einführungs- und Schnupperabende:

- ▷ 1. Semester: 19. + 26. August 2026
- ▷ 2. Semester: 17. + 24. Februar 2027
- ▷ Jeweils am Semesteranfang (August + Februar) kann geschnuppert werden. Einführungs- und Schnupperabende sind geschenkt (Anmeldung erforderlich).
- ▷ Schnupperabende zu anderen Zeiten nach Absprache.

Anmeldung:

- ▷ **Anmeldeschluss bei Kursweiterführung: 10. Mai 2026**
- ▷ **Anmeldeschluss bei Neuanmeldung: 10. Juni 2026**
- ▷ Neu-Einstieg zu anderen Zeiten nach Absprache möglich.
- ▷ Anmeldung bitte schriftlich über die Website www.impuls-kurse.ch/anmeldung
- ▷ Es gelten die ImPuls-Anmeldespielregeln (siehe: www.impuls-kurse.ch/anmeldung/agb).

Nähere Informationen zu Zeiten, Kosten, Kursthemen erhalten Sie gerne direkt bei Thomas Viehweger: Telefon 079 343 45 38 oder unter info@impuls-art.ch



