



RAG TANZ

Rheinische Arbeitsgemeinschaft Tanz im Regierungsbezirk Düsseldorf e. V.

Postanschrift: RAG c/o Thomas Brückner
Schweizer Straße 39
47533 Kleve
02821 / 970020
E-Mail: vorstand@rag-tanz.de
Web: www.rag-tanz.de

RAG Tanz, c/o T. Brückner, Schweizer Str. 39, 47533 Kleve

Pilates und Faszien

mit

Susanne Gilbert

Susanne Gilbert ist ausgebildete Tanzpädagogin. Eine qualifizierte Ausbildung als Pilates-Trainerin erhielt sie bei Pilates Bodymotion in Köln. Mattenausbildung, weitere Aus- und Fortbildungen mit Kleingeräten, auf dem Allegro und an den Studiogeräten und schließlich ergänzend eine Ausbildung als Yogalehrerin schlossen sich an. Tanz, Pilates und Yoga sind ihre Leidenschaft.

Nach einem kurzen Einblick in die Welt der Faszien werden die Erkenntnisse der Faszienlehre mit bewährten Pilatesübungen kombiniert. Dies erfolgt unter Einbeziehung der Faszien Fitness Prinzipien nach Dr. Robert Schleip mit der Bodymotion Prinzipienlehre sowie der myofaszialen Zuglinien nach Tom Myers.

Bitte für dieses praxisintensive Seminar eine Yoga- oder Gymnastikmatte (falls vorhanden), Hand- oder Badetuch, bequeme Kleidung und evtl. Socken mitbringen.

Termin: **Samstag, 2. September 2017, 14³⁰ – 20⁰⁰ Uhr**

Lehrgangsort: **Aachener Straße 39, 40223 Düsseldorf-Bilk**
(Wegbeschreibung siehe Rückseite)

Anmeldeschluss: **19. August 2017**

Anmeldung u. Leitung: **Ingrid Brendel, Eintrachtstr. 18, 41238 Mönchengladbach**
Telefon + Fax: 02166 / 21068, E-Mail: ragib@rag-tanz.de

Seminarkosten:	35 €
Frühbucher: Anmeldung und Überweisung auf unten angegebenes Konto bis zum 19. August 2017	30 €

RAG-Mitglieder erhalten 5 € Nachlass pro Termin. Schüler und Studenten (Ausweis) 10 €, Kinder bis 12 Jahre in Begleitung ihrer Eltern frei. Wer aus finanziellen Gründen (z. B. Hartz IV) eine weitere Ermäßigung benötigt: bitte vorher abklären.

Wir versenden keine Bestätigungen, nur Absagen bei Überfüllung oder Ausfall des Lehrgangs.

Die Lehrgänge der RAG werden aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans NRW gefördert. Sie dienen vorwiegend der Fortbildung von Multiplikator/innen aus NRW, die Gruppen in der außerschulischen Jugendkulturarbeit leiten oder sich auf diese Tätigkeit vorbereiten. Wir benötigen deswegen die detaillierten Angaben, insbesondere über Ihre Tätigkeit im Tanzbereich. Wir müssen nachweisen können, dass unsere Teilnehmer/innen zu der genannten Zielgruppe gehören. Bitte füllen Sie den Anmeldebogen sorgfältig und in Druckschrift aus.

Bitte betrachten Sie Ihre Anmeldung als verbindlich. Bei unentschuldigtem Fehlen erwarten wir Ihren Lehrgangsbeitrag auf dem unten angegebenen Konto.

Sie können Videoaufnahmen von den Tänzen der Seminaren erwerben, wenn die Referent/innen zustimmen.

Mit freundlichen Grüßen

RAG Tanz

Thomas Brückner

Hinweise: **„Internationale Tänze mit Schwerpunkt Roma-Tänze“ mit Tineke und Maurits van Geel am 23. und 24. September 2017 in Haan–Gruiten.**