

# SICH NEU ERFINDEN AN DEN THERMEN IN ISCHIA

**Insel Ischia** Frühling/Sommer 2023  
mit Cristina Dal Zio

BEWEGUNG ACHTSAMKEIT DIALOG  
REGENERATION NATUR FREUDE

**Accademia Europea di Euritmia Venezia**

in Zusammenarbeit mit Associazione Spacial Dynamics® Italia



# BEWEGUNG ACHTSAMKEIT DIALOG REGENERATION NATUR FREUDE

im Agriturismo il *Giardino del Nonno*, einem wunderschönen und absolut ruhigen Hotel in S. Angelo, einem Fischerdorf auf der Vulkaninsel Ischia im Golf von Neapel. Unser Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, sich zu regenerieren und neue Kräfte zu sammeln. Die Vulkaninsel Ischia ist ein idealer Ort, um sich in diesen schwierigen Zeiten zurückzuziehen, neue Kraft zu schöpfen und sich zu erneuern.

## BEWEGUNG

Bewegung - ist Leben. In jedem von uns steckt ein Potenzial für Regeneration, Selbstheilung und Wohlbefinden. Durch gesunde Bewegung kann dieses Potenzial angezapft und aktiviert werden. Übungen und Bewegungstechniken für Einzelpersonen oder Paare, die für alle leicht zugänglich sind, werden es uns ermöglichen, im Kontakt mit jedem Körperteil zu treten, ihn zu beleben, zu erhellen und ihn mehr als unser eigen zu fühlen. Wir werden den Raum um uns durch seine Dynamiken und Richtungen erforschen, erwecken, besser durchdringen, und so die Chance haben, uns strukturierter, fester, sicherer und mehr in Kontakt mit uns selbst und dem, was uns umgibt, zu sein. Momente der gemeinsamen Bewegung, begleitet von Musik, Gesang, kurzen Gedichten, werden uns die Möglichkeit geben, Freude zusammen zu erleben, gemeinsam etwas zu bewegen und sich unterstützt und frei zu fühlen.

## REGENERATION DIALOG NATURWANDERUNGEN

Wir werden unsere Sinne mit Übungen, Bewegung und Regenerationspraktiken im Thermalwasser wecken und wieder in Einklang bringen. Spaziergänge, Ruhe und Beobachtung inmitten der wunderbaren Natur der Insel bereichern das Seminar.

An den Abenden werden wir Gelegenheit haben, uns zu meditativen Momenten, zum generativen Zuhören und zum Dialog auf der Grundlage der Theorie U von Otto Scharmer zu treffen und neue Wege der Beziehung zu entdecken.

*"Ich habe mich noch nie in so kurzer  
Zeit so sehr regeneriert,  
sowohl physisch als auch psychisch".*





## **DER ORT DES SEMINARS**

Das Agriturismo Hotel *il Giardino del Nonno* befindet sich in idyllischer Lage zwischen den Bergen und dem Meer, in der Nähe vom Fischerdorf S. Angelo und vom Fumarolen Strand, den man in 5 Minuten zu Fuß erreichen kann. Die kleinen Gebäude, in denen sich die Zimmer befinden, sind von einem herrlichen Terrassengarten umgeben, der viele Möglichkeiten zum Entspannen bietet. Zwei Thermalaußenbecken mit Meerblick, eine Thermalgrotte und eine Natursauna befriedigen unser Bedürfnis nach Wärme und Bewegung.

## **CRISTINA DAL ZIO**

Lehrerin und Dozentin für Eurythmie, Spacial Dynamics® und Bothmer Gymnastik®, Choreographin und Tänzerin teilt seit dreißig Jahren mit Freude und Leidenschaft die Kunst der Bewegung, mit Menschen jeden Alters in verschiedenen Ländern der Welt. Sie ist überzeugt, und die Arbeit, die sie seit vielen Jahren leistet, bestätigt dies, dass sinnvolles und natürliches Bewegen mit anderen Menschen eine große Quelle für Gesundheit, Freude und Freiheit ist. Mit verschiedenen Bewegungsdisziplinen, aus denen sie schöpft, möchte sie den Menschen Werkzeuge an die Hand geben, um mit den Situationen, die ihnen begegnen, bestmöglich umzugehen und sich bewusster durchs Leben zu bewegen.

*Cristina Dal Zio*



## **DATEN**

30 April – 7 Mai 2023 (volle Woche)

4 – 7 Mai 2023 (Wochenenden)

**Anmeldung (für den Kurs in Mai) bis 1 März 2023**

31 August – 6 September 2023 (volle Woche)

1 – 4 September 2023 (Wochenenden)

**Anmeldung (für den Kurs in September) bis 1 Mai 2023**

## **KOSTEN**

### **• Kursgebühr 30 April – 7 Mai und 31 August – 6 September**

300,00 € pro Person pro Kurs

"Bring einen Freund/in mit" Kursgebühr 30 April – 7 Mai und 31 August – 6 September 400,00 € für zwei Personen pro Kurs

### **• Kursgebühr 4 – 7 Mai und 1 – 4 September**

200 € pro Person pro Kurs

"Bring einen Freund/in mit" Kursgebühr 4 – 7 Mai und 1 – 4 September 300,00 € für zwei Personen pro Kurs

- Übernachtung mit Halbpension im Doppelzimmer, inklusive Zugang zu den Thermalbecken pro Person, von 85,00 € bis 130,00 € pro Tag
- Einzelzimmerzuschlag 25,00€ pro Tag
- Transfer vom Flughafen oder Bahnhof (Neapel), einfache Fahrt 55,00 €-110,00 €.
- Auf Wunsch werden individuelle Bewegungsstunden (Eurythmie, Spacial Dynamics®, Bothmer Gymnastik®) gegen Gebühr angeboten.
- Die Kautions ist direkt an das Hotel zu zahlen, nachdem man sich zum Kurs angemeldet hat

Der Kurs findet bei einer Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen statt.  
**SIE KÖNNEN DAS SEMINARPROGRAMM BEI UNS ANFORDERN.**

## Für Informationen und Seminaranmeldung

T. +39 346 7664453

[info@accademiaeuritmiavenezia.it](mailto:info@accademiaeuritmiavenezia.it)

[www.accademiaeuritmiavenezia.it](http://www.accademiaeuritmiavenezia.it)

**euve**<sup>eu</sup>  
ACCADEMIA EUROPEA  
EURITMIA VENEZIA

in Zusammenarbeit mit

