

Anreise:

Mit dem Zug:

Bahnstation Hechingen, 3 Minuten Gehweg

Autobahn aus Richtung Stuttgart:

Ausfahrt „Rottenburg“, über Rottenburg, Weiler und Bodelshausen, auf die B27 (Richtung „Balingen“), Ausfahrt „Hechingen Mitte“, im Kreisverkehr Richtung „Unterstadt“, nach ca. 300 m Wegweiser „St. Luzen“



Autobahn aus Richtung Singen:

Ausfahrt „Rottweil“, über Rottweil auf die B27 (Richtung „Balingen“) über Schömberg, Balingen, Ausfahrt „Hechingen Mitte“, im Kreisverkehr Richtung „Unterstadt“, nach ca. 300 m Wegweiser „St. Luzen“

oder: Ausfahrt Empfingen, über Haigerloch, Rangendingen, bei Bodelshausen auf die B 27 (Richtung „Balingen“), Ausfahrt „Hechingen Mitte“, im Kreisverkehr Richtung „Unterstadt“, nach ca. 300 m Wegweiser „St. Luzen“

Aus Richtung Balingen/Tübingen (B 27):

Ausfahrt „Hechingen Mitte“, im Kreisverkehr Richtung „Unterstadt“, nach ca. 300 m Wegweiser „St. Luzen“

Aus Richtung Sigmaringen (B 32):

Kurz vor Hechingen: Ausfahrt „Hechingen“, vor und im Kreisverkehr Richtung „Unterstadt“, nach ca. 300 m Wegweiser „St. Luzen“

Anmeldeformular

zum Tanzzyklus:

Wie wir aufblühen

Modul 1 Modul 2 Modul 3

mit / ohne Zimmer / Kat.:

Name:

Vorname:

Adresse:

Telefon:

E-mail:

Die Teilnahmebedingungen erkenne ich an.

Die Teilnehmenden sind für sich selbst verantwortlich. Haftungsausschluss für Personen- und Sachschäden

Anmerkung/Kommentar/Sonstiges:

Tanzzyklus

Wie wir aufblühen

Selbstentfaltung - Sinnerfahrung - Glücksempfinden



Tanzend Impulse aus der Positiven Psychologie verwirklichen

Freitag, 06.02.2026 - Sonntag, 08.02.2026

Freitag, 03.07.2026 - Sonntag, 05.07.2026

Freitag, 25.09.2026 - Sonntag, 27.09.2026

Jedes Wochenende ist einzeln buchbar
Teilnahme auch ohne Übernachtung möglich

Bildungshaus St.Luzen
Klostersteige 6, 72379 Hechingen

Leitung:
Christine Kondschat, Regina Keßler

Der Schatz im Leben

„Wenn einmal der Abend deines Lebens da ist,
wenn die letzten Runden vor dir liegen - was
möchtest du dann erreicht haben?

Welchen Schatz möchtest du dann in deinen
Händen haben?

Worüber möchtest du dich am meisten freuen
können? Worauf vielleicht auch stolz sein? Wo-
rauf möchtest du dann - im Blick auf dein gan-
zes bisheriges Leben - am wenigsten verzichten
wollen?“

(Uwe Böschmeyer)

Voraussetzungen:

Außer Freude an Tanz, Musik und Gemeinschaft -
keine!

Beginn:

Am Freitag mit dem Abendessen um 18 Uhr

Ende:

Am Sonntag um 12 Uhr (kein Mittagessen)

Kursgebühr (pro Modul): 150,00 €

Kosten (pro WE) für Unterkunft+Verpflegung (Vollpension):

Zimmer Kat. 1 (mit Nasszelle): 168,30 €

Zimmer Kat. 2 (Waschbecken): 147,30 €

Verpflegung am Samstag für Teilnehmerinnen ohne Über-
nachtung: 35,20 €

Wie wir aufblühen

Modul 1: Schätze in meinem Leben, die mich aufblühen lassen (Aufbruch: Selbsterfahrung und Selbstentfaltung)

Wir sind glücklich und blühen auf, wenn wir etwas
Sinnvolles oder Wertvolles erleben oder tun. Dies ist
die Erkenntnis des großen Psychiaters und Philoso-
phen Viktor E. Frankl. Im ersten Modul beschäftigen
wir uns tanzend mit grundlegenden Impulsen dieses
erfahrenen und weisen Arztes und Begründers der
Logotherapie und Existenzanalyse
In uns können ungeahnte Kräfte erwachen, wenn wir –
gestärkt durch die Gemeinschaft – im Tanzen unsere
Freude an Musik und Bewegung ausdrücken.

Modul 2: Säulen meines persönlichen Wohlbe- findens, die mich aufblühen lassen (Entwicklung: Wachsen und Werden)

Wahrhaftes Wohlbefinden, Glück und Aufblühen ba-
siert nach Prof. Dr. M. Seligmann auf folgenden Sä-
ulen: positive Emotionen spüren, sich für etwas enga-
gieren, mit anderen Menschen verbunden sein, Sinn
im eigenen Tun finden und merken, dass man etwas
bewegen kann. Im zweiten Modul beschäftigen wir
uns tanzend mit Impulsen dieses berühmten Vertre-
ters der positiven Psychologie.

Modul 3: Das Tor zu meinem Geheimnis öffnen und aufblühen (Erfüllung: Erfahrung von Sinn und Glück)

Das Tor zum Geheimen steht jedem Menschen offen,
der den Weg nach innen geht. Wie kaum ein anderer
hat Prof. Karlfried Graf Dürckheim östliche und westli-
che Weisheitstraditionen verbunden und einen Weg
zum Ganzwerden des Menschen gewiesen. Im dritten
Modul beschäftigen wir uns tanzend mit Impulsen
dieses Meisters der Meditation und Schöpfers der
Initiativen Therapie

Anmeldung :

Schriftlich, telefonisch oder per Email

mit Zimmerwunsch: bis 05.11.2025
ohne Übernachtung: bis 15.12.2025

unter:

MeditationdesTanzes@yahoo.com

christine.kondschak@t-online.de

+49 176 569 283 60

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine An-
meldebestätigung und die Bankverbindung
zur Überweisung der Kursgebühr

Storno:

Wer aus unvorhergesehenen Gründen die
Teilnahme kurzfristig (3 Tage vorher) absa-
gen muss, kann eine Ersatzperson schicken
oder kulanthalber das Seminar ev. zu einem
anderen Zeitpunkt nachholen

Dozentinnen:

Regina Keßler: Dozentin für Meditation des
Tanzes, Ausbildung in Logotherapie und
Existenzanalyse, Lehrerin

Christine Kondschak: Dozentin für Meditation
des Tanzes, Yogalehrerin, Dipl.-Biologin