



#### **Uli Silbermann**

TakeTiNa Advanced Rhythm  
Teacher, Tänzerin und Lehrerin  
der F.M. Alexander-Technik.  
[www.ulisilbermann.com](http://www.ulisilbermann.com)

#### **Lothar Berger**

TakeTiNa Advanced Rhythm  
Teacher, Obertonsänger und  
Stimmimprovisator  
[www.stimm-klang-rhythmus.de](http://www.stimm-klang-rhythmus.de)

#### **Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail, telefonisch oder per Post unter Angabe von Name, Telefonnummer und Mailadresse an:

Lothar Berger, Darmstädter Str. 15, 50678 Köln,  
[loberger@web.de](mailto:loberger@web.de), 01577 4745 368

Sie wird wirksam und verbindlich schriftlich bestätigt, sobald eine Anzahlung in Höhe von 150 Euro überwiesen worden ist. Ein Formular mit den notwendigen Angaben (Konto, Zimmerwunsch) wird umgehend nach der Anmeldung zugesandt.

**Die vegetarische Vollpension im Seminarhaus Kapellenhof** umfasst Übernachtung, Frühstück, Mittagessen, Abendessen inclusive durchgehend Tee und Kaffee. Sie wird vor Ort bar entrichtet und ist eine Woche vor Kursbeginn nicht mehr stornierbar.

#### **Teilnahmebedingungen**

Bei Absagen bis 5 Wochen vor Beginn ist eine Bearbeitungsgebühr von 25 Euro fällig, bis drei Wochen vor Beginn werden 50% der Gesamtkosten, danach wird die gesamte Teilnahmegebühr berechnet, falls nicht ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt wird. Bei Kursausfall erstatten wir die eingezahlte Gebühr in voller Höhe. Der Kurs wird nur bei ausreichender Teilnehmer/innenzahl durchgeführt.



## **Frühlingserwachen mit TakeTiNa**

**Wochenendkurs mit  
Uli Silbermann  
& Lothar Berger**

21. bis 23. Februar 2025

Seminarhaus Kapellenhof  
63546 Hammersbach

# TA KE Ti NA

Vom Eise befreit sind Strom und Bäche  
durch des Frühlings holden, belebenden Blick.  
Im Tale grünet Hoffnungsglück.  
Der alte Winter in seiner Schwäche  
zog sich in raue Berge zurück.  
J.W. v. Goethe

## Frühlingserwachen mit TaKeTiNa

Im Zyklus der Jahreszeiten ist der Frühling die Zeit des Erwachens, wir tanken neue Energie und sprühen vor Tatendrang. Wir lauschen dem Zwitschern der Vögel, dem Summen der Insekten, halten unser Gesicht den ersten warmen Sonnenstrahlen entgegen – sind ganz still im Hier und Jetzt – und spüren doch, wie gleichzeitig das Leben in uns pulsirt.

Das Leben fordert uns immer wieder auf, flexibel zu sein, alte Pfade zu verlassen und den Schritt ins Unbekannte zu wagen, um Neues zu erfahren und hervorzubringen. Im Wissen und Vertrauen darauf, dass die Dinge nie fix sind, sondern sich ständig wandeln, können auch wir uns mit ihnen wandeln und erneuern.

Im TaKeTiNa-Prozess können wir den Wandel zwischen Struktur und Flexibilität in einem geschützten Raum erleben. Getragen vom rhythmischen Fluss und der Unterstützung der Gruppe können sich ständig wiederholende Gedanken- und Reaktionsmuster allmählich auflösen und einem Gefühl des Getragenseins, des „ganz bei sich und doch verbunden mit allem“ weichen – im Wechsel zwischen Struktur und Flexibilität, welcher das Wesen von Rhythmus und Leben ist.



Lothar Berger und Uli Silbermann absolvierten ihre Ausbildung Basic, Advanced und Senior bei dem Perkussionisten und Begründer der TaKeTiNa®-Methode Reinhard Flatischler.

<b>Leitung</b>	<b>Lothar Berger</b> (Advanced Rhythm Teacher) <b>Uli Silbermann</b> (Advanced Rhythm Teacher)
<b>Zielgruppe</b>	Alle Menschen mit oder ohne rhythmische Erfahrung sind uns willkommen.
<b>Datum</b>	<b>21. bis 23. Februar 2025</b> Ankunft im Tageshaus ab 16.00 Uhr
<b>Kurszeiten</b>	Freitag 19.30–21.00 Samstag 9.30–12.30 u. 15.00–18.00 Sonntag 9.30–12.30 u. 14.00–16.00
<b>Ort</b>	Seminarhaus Kapellenhof Hirzbach 15, 63546 Hammersbach <a href="http://www.seminarhaus-kapellenhof.de">www.seminarhaus-kapellenhof.de</a>
<b>Kursgebühr</b>	230,00 Euro Frühbucherrabatt 210,00 Euro (bei verbindlicher Anmeldung bis 20.12.2024)
<b>Vollpension</b>	180,00 Euro Einzelzimmer 170,00 Euro Zweibettzimmer 160,00 Euro Mehrbettzimmer
<b>Teilnehmerzahl</b>	ca. 20 Teilnehmer/innen

