

clownXperience



entdecke  erwecke • erlebe
deinen inneren Clown und Verbündeten

Was ist möglich, wenn DU . . .

- dir mit Humor und Leichtigkeit **begegnest?**
- noch schlafende Ressourcen **erweckst** und aus deinem Körper **hebst?**
- Gaben und Stärken einfach **pflückst?**
- über dich selbst in all deinen Facetten **staunst** und dich auf dich selbst **neu einlässt?**
- dein Leben aus deinem inneren Erleben heraus **bereicherst?**
- neue Handlungsspielräume mit Leichtigkeit **einnimmst?**



Linda Grace Rehsteiner
Künstlerin in Wort,
Farbe und Bewegung
Coach in Übergängen
und Neuorientierung...



Ilona Abels
Türöffnerin für Wahrnehmung,
Körperintelligenz,
Potenzialentfaltung,
unmittelbares Wissen...

Kurs	clownXperience UNIT 02 exploring vom 22. bis 24. März 2024
Zeiten	Freitag: 10.00 – ca. 17.30 Uhr Samstag 10.00 – ca. 17.30 Uhr Sonntag 09.30 – ca. 15.00 Uhr
Preis	Erst-Teilnehmende: 945 Euro Wiederholer einer Unit 02: 630 Euro <i>jeweils zzgl. Getränke-/Snackpauschale 90€ pro Person</i>
Ort	Tüfing Str. 3 in D-88690 Uhdlingen-Mühlhofen
Anmeldung	https://sensexperience.academy/kurse-termine/

Übernachtungsmöglichkeiten findest du unter:
<https://www.bodensee.de/pension/pension-uhldingen-muehlhofen>

dahinter, dahinter ...





Wie viel Beitrag kann mein innerer Clown sein, immer mehr vom Leichten, Heiteren, Feinsinnigen, Verrückten, Spielerischen, Versöhnlichen und Inspirierenden wahrzunehmen und zu leben?

Bei clownXperience lassen wir uns auf unseren eigenen, inneren Clown ein. Mit dieser mutigen und verspielten Experimentier-Freude fällt es leicht, zu erforschen, zu entdecken und vielleicht sogar uns selbst ganz neu zu finden.

Was wird alles möglich, wenn Humor ein öffnender Wegweiser ist?

Im clownesken Spiel erkunden wir uns selbst, unsere Körperintelligenz, unsere Handlungs- und Denkgewohnheiten, verschlossene Räume und vermeintliche Grenzen. Was, wenn unsere Clownin sogar tief eingefahrene Gewohnheiten und Muster wandeln kann? Welche Ausdrucks-Möglichkeiten kann unser Clown schöpferisch beitragen, wenn uns die Worte ausgehen? Mit unserem Verbündeten, seinen erstaunlichen Kräften und innerem Ideenreichtum ist alles möglich.

Was möchte alles zum Vorschein kommen, wenn ich wahrhaftig bin?

Wir lernen verschiedene Clownstypen kennen und spielen damit. Auch über das Verkörpern erhalten wir wichtige und erstaunliche Informationen über uns selbst. Dafür schlüpfen wir einfach so zum Spass in die ein oder andere Rolle. Gaben, Stärken und Ressourcen wie Kraft und Mut können so ausprobiert und ausgelotet werden. Maske um Maske fällt. Wir erkennen, wann wir nach Drehbüchern anderer tanzen oder auf fremden Bühnen spielen und nehmen unseren eigenen Raum wieder ein.

Was, wenn ich mehr und mehr Gunst meiner clownesken Verbündeten annehme?

Wir werden mutiger, uns zu zeigen. Dabei können wir auch sinnerfüllte Absichtslosigkeit wagen. Clown und Clownin – unsere ureigenen, genuinen inneren Verbündeten – weisen uns den Weg, in unserem Tun präsent und echt zu sein. Diese wahre Stärke können wir im Alltag stets von Neuem und auch im Nebenbei wachrufen. Aus dem Nichts spontan und spielerisch zu schöpfen – das gelingt auf einmal.

