



## 5Rhythms ~ REJOICE

Rhodos, Griechenland

11. - 13. September 2015

5 Rhythms Workshop mit Alexa Rani Schmid

*“JOY is a meeting place,  
of deep intentionality and self forgetting,  
the bodily alchemy of what lies inside us  
in communion with what formally seemed outside...”  
~ David Whyte*

### EINLADUNG

Wir laden Dich herzlich zu einem dynamisch-kreativen Bewegungs- und Tanzmeditations Workshop ein ...  
Auf diesem Dance Floor beabsichtigen wir, die subtilen Ebenen von Freude durch Körperbewegungen nach den 5 Rhythms® Maps anzusprechen ...  
5Rhythms ist eine kreative Bewegungs- und Tanzmeditation, die von Gabrielle Roth entwickelt wurde ...  
Zusammen erzeugen die 5 Qualitäten des Seins – Fließen, Staccato, Chaos, Lyrisch, Stille -- Energiewaves, die uns Zugang zu unserem Körper und innersten Gefühlen ermöglichen. Weltweit praktizieren Tausende von Menschen, unabhängig von Alter, Gewicht oder Körpergestalt 5Rhythms. Sie nehmen an Kursen teil, damit tiefes Heilen von Körper, Geist und Seele stattfinden kann, und damit ihr kreatives Potenzial zur Entfaltung gebracht wird. Die 5Rhythms® sind Zustände unseres Seins.

**Wenn Du Dich den 5Rhythms, der Energie, der Musik, Deinem Atem hingibst ... magic starts to unfold...**

### Zeiten und Ort:

Freitag, 11. bis Sonntag 13. September 2015

Freitag: 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr (und ein offener 5 Rhythms Wave Abend)

Samstag und Sonntag: 10.00 Uhr - 17.00 Uhr

Ort: Elli Paraskeva Dance School, Rhodos (Stadt) - Griechenland

### Teilnahmegebühren:

**Early Bird Gebühr bis zum 10.08.2015: 160 Euro**

**Teilnahme-Gebühr nach dem 10.08.2015: 200 - 250 Euro\***

**\*Unsere Gebühr-Philosophie lautet: “Leiste Deinen maximalen Beitrag so wie Du kannst und ein wenig mehr, um denen zu helfen, die es nicht können ...”**

**Anmerkung: Wenn Du wirklich am Workshop teilnehmen willst, sollte Geld kein Hinderungsgrund sein, sprich uns an.**



**The teacher:** Alexa Rani Schmid is teaching both the Wave and Heartbeat levels of the 5 Rhythms® map. She fell in love with the practice on first step in 1999 and was authorized to facilitate by Gabrielle Roth in 2005 Wave and 2010 Heartbeat level. She is a trained Counselor for Integrated Body Psychotherapy (IKP), a pedagogue and is in an ongoing learning process of movement, healing and meditation. Alexa is known to hold the space with a deep sense of compassion, clarity and humour. She is currently based in Istanbul and facilitates mainly in Turkey, Greece, Switzerland, Dubai and Eastern Europe. She is a mother of a grown up daughter.

**The callers:** This workshop is called by Synergy and Yoga Now Rhodes and the friendship of Maria Bakari, Jurgen Grosse-Puppendahl and David Ikonomou in partnership with the learning field & power of place of Rhodos, along with their love and passion for dance, personal & collective evolution and creativity.

### Kontaktiere uns!

Für weitere Informationen und Anmeldung, sende Deine email an: [JuergenGrosse-Puppendahl@t-online.de](mailto:JuergenGrosse-Puppendahl@t-online.de)  
oder Tel.: 02408 / 704 3725

oder im Internet unter: [www.synergy-rhodes.com/-invitations.html](http://www.synergy-rhodes.com/-invitations.html)