

ist eine Methode bei der freier Tanz, kreative Traumreisen, kraftvolle Rituale, tanztherapeutische Übungen, Bewegungen und Begegnungen – sowohl der dynamischen, als auch der sanften Art – bis hin zu Massagen harmonisch kombiniert werden.

Im Zentrum von animovida® steht die zwischenmenschliche Begegnung, die mit der emotionalen Botschaft von Musik und Tanz verbunden wird. Bei animovida® verstehen wir unter Tanz jegliche innere wie äussere Bewegung. Tanzkenntnisse im herkömmlichen Sinne sind dafür nicht notwendig.

animovida® lebt von der Vielseitigkeit (wie das Leben) der Tänze und Übungen. Manche sind mit geschlossenen Augen, andere mit Offenen, einige alleine für sich, andere zu Zweit, Dritt oder mit der ganzen Gruppe. Manche sind verspielt, lustig, manche berühren einen tief im Herzen.

animovida® kann man mit „Mut fassen zum Leben“ übersetzen. Tanzen befreit uns von den Fesseln unserer Geschichte. Es reinigt uns wie ein warmer Sommerregen und gibt uns die Kraft und den Mut, so zu leben, wie es wahrhaftig unserem Herzen entspricht.

*„Danke für den wundervollen Workshop. Es war einfach traumhaft und sehr bewegend. Vor allem die Erfahrung, so wild sein zu können (und zu dürfen) und die so offenherzigen Begegnungen haben mir noch lange ein inneres Lächeln geschenkt.“*

(W., 38, Therapeutin)



Begründer von animovida®  
Tanztherapeut und -pädagoge  
Heilpraktiker  
(Psychotherapie)  
Fachkrankenschwester (A/I)  
Jahrgang 68

Schon als Jugendlicher schenkte mir der Tanz eine unglaubliche Energie und Lebensfreude. Nach vielen Jahren Erfahrung, Fortbildung und Ausbildung in körper-, tanz- und bewegungsorientierten Methoden leite ich Seminare zu unterschiedlichen Themen, seit 1999 in Deutschland, seit 2004 in der Schweiz und seit 2008 auch in Spanien. Seit 2007 bilde ich animovida®-LeiterInnen aus. 2009 startet die erste Ausbildung in der Schweiz.

Bei meiner Arbeit achte ich sehr auf eine Atmosphäre gegenseitiger Achtung und Wertschätzung. Ein beschützender, liebevoller Rahmen bildet die Basis für tiefgreifende Erfahrungen. Das Prinzip der Freiwilligkeit ist mir ebenfalls sehr wichtig. Mit animovida® möchte ich anderen Menschen bewegende Begegnungen ermöglichen: Die wahre Natur in sich zu erkennen, sich zu akzeptieren – auch mit den Schattenseiten –, lebendiger und flexibler zu werden in seinen Gefühlen, Gedanken und Taten. Ich bin sehr glücklich über die Möglichkeit, andere Menschen bei der Entfaltung ihrer einzigartigen Persönlichkeit zu begleiten.

**ANMELDUNG UND INFORMATION**

Egbert Griebeling  
David-Hilbert-Str. 7  
D-37085 Göttingen  
Tel: 0049 / (0)551 / 48 80 52 28  
Fax: 0049 / (0)551 / 48 80 52 29  
Mobil: 0049 / (0)171 / 4 13 13 11 (in dringenden Fällen)  
E-Mail: info@animovida.ch  
www.animovida.ch

**Kontaktperson in der Schweiz:**

Susan Klingler  
Lerchenhalde 22  
CH-8703 Erlenbach  
Tel.: 044 / 9 91 33 40  
Mobil: 079 / 5 01 54 16 (in dringenden Fällen)  
E-Mail: sue.klingler@bluewin.ch  
www.lomilomioase.ch

Am Anfang war der **Tanz**  
und nicht das Wort  
Rudolf von Laban



Programm 2009  
**SCHWEIZ**



Egbert Griebeling

## animoVida®-STÄDTEWORKSHOPS DIE PURE LUST AM LEBENS TANZ

In diesen Workshops bekommen wir vitale Impulse für unseren Alltag und erlauben uns wahrhaftige Bewegungen, Begegnungen und Berührungen. Mit Genuss und Leichtigkeit werden wir das Leben tanzen.

Das konkrete Thema des jeweiligen Workshops kann bei mir kurzfristig erfragt werden bzw. wird zeitnah auf meiner Homepage bekannt gegeben.

**7. MÄRZ – SOLOTHURN**

**21. MÄRZ – ZÜRICH**

**16. MAI – ZÜRICH**

**3. OKTOBER – LUZERN**

**14. NOVEMBER – BASEL**

**21. NOVEMBER – ZÜRICH**

Zeit: jeweils samstags,  
von 10 – 18 Uhr (inkl. Pausen)

### Tanzräume:

Solothurn: Yogaschule Nataraja, Kungoltstr. 16  
Zürich: Bewegungsraum, Staffelstr. 12,  
Nähe Bahnhof Giesshübel & Sihlcity  
Luzern: Yoga Center Luzern, Seeburgstr. 18,  
Nähe Lido  
Basel: Kursraum im „Werkraum Warteck“,  
Eingang vom Burgweg 7, im 3. Stock

Gebühr: jeweils CHF 140.- (für Frühbucher CHF 120.- bei  
Anmeldung / Einzahlung 2 Wochen vor Termin)

**Für ausführlichere Informationen nehme bitte Kontakt mit  
mir auf oder besuche meine Homepage.**

**Anmeldungen: Schriftlich mit Anmeldezettel oder online  
(www.animovida.ch). Mit der Anmeldebestätigung  
versenden wir eine Wegbeschreibung und einen  
Einzahlungsschein.**

animoVida®

## Wohlfühlwochenende: URLAUB FÜR DIE SEELE

### LEBENS FREUDE – LEBENS LUST – LEBENS TANZ

Termin: **20. – 23. August 2009**  
(von Donnerstag 18 Uhr bis Sonntag ca. 14 Uhr)  
Seminarort: **Schloss Glarisegg** (bei Steckborn am Bodensee)  
Gebühr: CHF 255.- (für Frühbucher CHF 225.- bei Anmeldung/  
Einzahlung bis zum 25. Juli 2009)  
zzgl. Kosten für Übern./Verpfl., zwischen CHF 88.- bis  
128.- pro Tag/Nacht (je nach Unterkunft)  
zzgl. Gebühr für Einzelsitzungen (bei Bedarf)

Möchtest du dir etwas richtig Schönes gönnen, dich erholen, dich  
im Tanz erfahren, dich verwöhnen lassen oder mehr Klarheit be-  
kommen für deinen weiteren Weg? Dann ist dieses Seminar genau  
das Richtige für dich.

Neben vielen belebenden Tanzsessions besteht die Möglichkeit,  
sich an den Nachmittagen Einzelsitzungen (u.a. hawaiianische  
Massage, astrologische Beratung, Reiki, uvm.) zu gönnen. Diese  
zusätzlichen Angebote sind separat buchbar. Ansonsten besteht  
die Möglichkeit im Bodensee zu baden oder bei einem Spaziergang  
durch den angrenzenden Wald die Seele baumeln zu lassen.

## animoVida®-AUSBILDUNG SCHWEIZ 09/10

### KOMPETENT, PRAXISORIENTIERT, MIT VIEL HERZ, NEBENBERUFLICH MÖGLICH

1. Termin: **20. – 22. März 2009** (Orientierungswochenende)  
2. Termin: **15. – 17. Mai 2009**  
(Alle weiteren Termine stehen auf meiner Homepage oder können bei mir  
erfragt werden. Insgesamt ca. 35 Ausbildungstage, verteilt auf 11 Treffen. Die  
Ausbildung endet im Dez. 2010)  
Seminarorte: **meistens Nähe Zürich**, ein Termin im Schloss  
Glarisegg am Bodensee und eine Intensivwoche in  
Spanien

Endlich! Nun habe ich mich dazu entschlossen, auch eine Aus-  
bildung in der Schweiz zu etablieren. Keine langen Fahrten in weit  
entfernte Seminarhäuser!

Der Weg zur animoVida-Leiterin führt über intensive eigene Erfah-  
rung, praktische Theorie, Selbststudium und eigene, von mir super-  
vidierte Anleitungen. Es ist ein großes Geschenk, andere Menschen  
mit dieser Methode begleiten zu dürfen und ich freue mich, dies  
nun SchweizerInnen in ihrer Nähe anbieten zu können.

animoVida®

**Gerne sende ich Ihnen/dir auch weitere Informationen zu  
folgenden Veranstaltungen zu:**

## animoVida® IN DEUTSCHLAND

**TANZ DER LIEBE** (29. Mai – 1. Juni 2009)  
Das animoVida®-Paarseminar, für alle Liebenden, die sich  
und ihrer Beziehung etwas Gutes gönnen möchten, ob  
frisch verliebt oder 30 Jahre Ehe, glühende oder vulkanische  
Leidenschaft, lähmende Routine oder innige Verbindung.  
Für jedes Paar wird dieser **TANZ DER LIEBE** Inspiration, Klar-  
heit und kraftvolle Herzensbegegnungen bieten.

**4. OASE DER INSPIRATION** (26. – 28. Juni 2009)  
Offene interdisziplinäre Fortbildung für alle Personen, die  
etwas mit Tanz/Musik im Bereich Selbsterfahrung/Therapie  
anbieten.

**TANZ VON LICHT UND SCHATTEN** (4. – 6. Dez. 2009)  
Ein intensives Seminar, welches die menschlichen Schatten-  
seiten und die „Geburt des Lichts“ zum Thema hat und dir  
eine ganz besondere, wahrhaftige Advents- und Weih-  
nachtszeit ermöglichen wird.

**TANZ DER JAHRE** (30. Dez. 2009 bis 2. Jan. 2010)  
Abschied und Neubeginn - mit animoVida® in das Jahr 2010

## animoVida® IN SPANIEN

**DER TANZ DER SINNE / EIN LEBEN IN FÜLLE**  
Vom 6. - 13. Juni 2010 feiern wir in der Casa el Morisco  
(Andalusien/Nähe Málaga, wunderschön gelegen mit inklu-  
sivem Wohlfühlprogramm), in einem intensiven Seminar  
die wundervolle Vielfalt des Lebens.

