

# Tangoworkshop in Langenthal BE

Samstag/Sonntag, 12./13. November 2022

Wir freuen uns, dass wir mit euch den Tangoworkshop durchführen können. Vielen Dank für eure Anmeldung. Gerne teilen wir euch die weiteren Details mit:

Ort	Langenthal, genauer Ort wird noch bekanntgegeben
Zeitplan	Samstag, 11.00-13.00, 14.30-16.30 (Lektionen) 18.00-20.00 Practica, „Tangosprechstunde“: Wir helfen den Paaren individuell mit Tipps und Übungen – ohne festes Unterrichtsprogramm. Was ihr üben wollt, entscheidet ihr selbst, abhängig von Euren Wünschen, Fähigkeiten und eurem Lerntempo. Sonntag, 10.00-12.00, 13.30-15.30 (Lektionen)
Ankunft	Samstag um spätestens 10.30 Parkplätze vorhanden
Bekleidung	Nehmt bequeme Kleidung mit. Ihr könnt gerne mit Trainer- oder Yogahosen kommen. Nehmt genügend T-Shirt zum Wechseln mit.
Schuhe	Die Schuhe sollten in erster Linie Ledersohlen haben. Kunststoffsohlen gehen auch. Keine hohen Schuhe für die Frauen. Wer flache Tanzschuhe hat, kann diese mitbringen. Wir haben Ballettschuhe vom Schuhmacher mit Ledersohlen bestücken lassen. Um sich ein Bild zu machen, wie solche Schuhe aussehen könnten, hier ein Link. Auch dort lassen sich die Schuhe kaufen. Service gut: <a href="https://ballett-shop.ch/6-ballettschuhe">https://ballett-shop.ch/6-ballettschuhe</a> <a href="https://ballett-shop.ch/8-jazzschuhe">https://ballett-shop.ch/8-jazzschuhe</a>
Hilfsmittel	Yogamatte Wolldecke Meditationskissen (alles fakultativ; u.a. für einen Powernap)
Infrastruktur	Baracke in der ehemaligen Industriebrache Porzellan Langenthal Tanzraum, 50m <sup>2</sup> Toilette
Inhalt Workshop	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vom Denken ins Fühlen</li><li>- Vom Kopf- in die Körperintelligenz mit einfachen Übungen</li><li>- Körperhaltung und einfache Bewegungsabläufe</li><li>- Synchronizität der beiden Körper</li><li>- Miteinander in Bewegung kommen</li><li>- Musik als Führungsinstrument: Rhythmus und Melodie</li><li>- Pausen, aus der Stille heraus sich bewegen</li><li>- Erste Figuren und Übergänge</li></ul> Nach dem Wochenende nehmt ihr etwas mit zur Körpersprache und zum Tangotanz. Eine Basis um zu entscheiden, ob ihr weitermachen wollt.
Snacks & Essen	Snacks und Getränke nehmen wir mit Samstag, 13.00 Eigenes Sandwich oder Gemüsedipp mitnehmen Samstag, 17.00 Nahrhafte Minestrone (schon vorgekocht, Brot und Aufstrich dabei). Jede Person kann noch weitere individuelle Speisen mitnehmen. Sonntag, 12.00 „Teilete“. Bitte sprecht euch paarweise ab und nehmt ein Tupperware mit einem Salat oder Gemüse für ein Buffet mit. Wir haben

	Käse und Brot dabei. Wir essen in der Nähe der Baracke privat bei Marietta Bättig, Spaziergang von 15 Min.
Übernachtung	Es sind alle selber verantwortlich für die Übernachtung.
Kosten	Pro Person Fr. 220.00. Wir ziehen den Betrag zu Beginn des Workshops in bar ein.
Corona	Die Massnahmen wechseln andauernd. Wir verfolgen die Empfehlungen der Regierung. Im Moment gibt es keine Restriktionen. Dennoch wünschen wir einige Eckpunkte, um das Vertrauen untereinander zu fördern und um covidfrei unterwegs zu sein: - Kommt bitte symptomfrei an den Kurs. - Tanzpartnertausch während dem Workshop prüfen wir vor Ort. - Jedem Tanzpaar ist es freigestellt Masken zu tragen. - Wir waschen uns gründlich die Hände - Wir lüften regelmässig den Raum - Wenn gewünscht tragen wir Lehrer*in Masken, wenn wir uns einem Tanzpaar nähern - Wir sind maximal 5-6 Tanzpaare und wir Tanzlehrer*in
Kontakt	Anita Mehr / 078 843 42 65 / <a href="mailto:anitamehr@shalum.ch">anitamehr@shalum.ch</a> Karl Weingart / 076 332 40 32 / <a href="mailto:karl.weingart@gmx.ch">karl.weingart@gmx.ch</a>
Organisation	Marietta Bättig / 079 857 14 13 / <a href="mailto:kunsttherapie.baettig@gmail.com">kunsttherapie.baettig@gmail.com</a>
Mitbringen in Kürze	Tanzschuhe, bequeme Kleidung, Seminarbeitrag Fr. 220.00/Person, Beitrag „Teilete“ Sonntag, evtl. Yogamatte, Wolldecke, Kissen nach Bedarf.

Ganz liebe Grüsse

Anita Mehr  
Karl Weingart  
Marietta Bättig