

**„KLINGENDER TAG IM GOLDENEN HERBST“  
– SACRED DANCE**

Als lebendiger Rhythmus begleiten uns stets die Jahreszeiten durch das Leben. Dies können wir tänzerisch aufgreifen, in Choreografien zu klassischer Musik und Musik aus aller Welt eintauchen, sie durch begleitende Gebärden vertiefen und gestalten. Die gemeinsame Verbindung und Achtsamkeit im Kreis, aber auch in Raumchoreografien können unseren Alltag beleben und unsere Herzen zum Klingen bringen.

Leit.: Maria Brand, LWH  
Ref.: Monika Knieling, Tanzleiterin, Wuppertal  
Termin: Freitag, 13.10.2023, 17:00 Uhr  
bis Samstag, 14.10.2023, 17:00 Uhr  
Kosten: 150,00 € (EZ-Zuschlag 17,00 €)

**TANZ MIT – BLEIB FIT**

- Tänze in geselliger Form ohne festen Partner vom BVST e. V. sowie Squares, Contras und leichte Rounds
- ideal auch für Neueinsteiger/innen
- Tipps und Anregungen für Tanzleiter/innen zur Vermittlung der Tänze in den eigenen Gruppen

Leit.: Maria Brand, LWH  
Ref.: Elvira Leise, Tanzleiterin, Hannover  
Termin: Montag, 04.12.2023, 14:30 Uhr  
bis Freitag, 08.12.2023, 13:30 Uhr  
Kosten: 400,00 € (EZ-Zuschlag 68,00 €)

**ERLEBNISTANZ – VON FOLKLORE BIS CONTRAS UND MEHR**

- Folkloretänze aus aller Welt kennenlernen
- abwechslungsreiche Mischung mit Kontras, Rounds, Mixern oder auch Blocktänzen
- Tänze sind auch geeignet zur Weitergabe für Seniorentanzgruppen
- Vereinfachungen können ggf. vorgestellt werden.

Leit.: Maria Brand, LWH  
Ref.: Susanne Tams, Ausbildungsreferentin des BVST e.V. Bad Zwischenahn  
Termin: Freitag, 17.11.2023, 16:30 Uhr  
bis Sonntag, 19.11.2023, 13:00 Uhr  
Kosten: 215,00 € (EZ-Zuschlag 34,00 €)



**ANMELDUNG UND ANREISE**

**LUDWIG-WINDTHORST-HAUS**

Katholisch-Soziale Akademie  
Gerhard-Kues-Straße 16  
49808 Lingen-Holthausen  
Tel.: 0591 6102 - 0  
www.lwh.de

**Michaela Fenten**

Tel.: 0591 6102 - 115  
Fax: 0591 6102 - 135  
E-Mail: fenten@lwh.de

**VERANSTALTUNGORT**

Ludwig-Windthorst-Haus  
Gerhard-Kues-Straße 16  
49808 Lingen-Holthausen

Herausgeber & Veranstalter: Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Str. 16, 49808 Lingen



**Seminare für  
Tanzleiter\*innen  
und Interessierte  
Jahresprogramm 2023**

Januar – Dezember 2023

## MODERN SQUARE DANCE

Einführung in Modern Western Square Dance dem „Tanz nach Ansage“ durch einen Caller. Anregend, fröhlich und dynamisch. Ein Intensivwochenende für alle mit Interesse an rhythmischer Bewegung und Teamarbeit

- Erarbeitung von Grundbegriffen und Grundsritten mit Spaß und Spannung, sinnvoll und kräfteschonend
- Anleitung für methodische Tanzvermittlung, unter Verwendung traditioneller Westernmusik und Musik aus Pop, Dixiland und Musical
- Neue Ideen für die Arbeit in den eigenen Gruppen; altersunabhängig
- Kurzeinführung in die Call-Technik

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Jürgen Hartig, Caller, Garbsen  
 Termin: Freitag, 17.02.2023, 18:00 Uhr  
 bis Sonntag, 19.02.2023, 13:00 Uhr  
 Kosten: 210,00 € (EZ-Zuschlag 34,00 €)

## „ALLES FLIESST – AUS UND EIN“ SACRED DANCE

Die stillen und bewegten Choreografien nach vorgegebenen Schrittfolgen geben uns Raum, sich gemeinsam als atmender Kreis nach außen und innen zu verbinden.

Die Wiederholungen von bekannten und neuen Tänzen ermöglichen uns ein Vertiefen und achtsames Erleben. Die Begleitung der Symbolsprache lädt uns ein im Hier und Jetzt im Fluss des Lebens zu sein und unserem individuellen Tanz zu folgen.

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Monika Knieling, Tanzleiterin, Wuppertal  
 Termin: Freitag, 14.03.2023, 17:00 Uhr  
 bis Samstag, 15.03.2023, 17:00 Uhr  
 Kosten: 150,00 € (EZ-Zuschlag 17,00 €)

## CONTRATÄNZE

- die Entstehung und Geschichte der Contratänze aus England und den USA kennenlernen
- unterschiedliche Formationen und Schwierigkeitsgrade dieser Tänze erleben
- das Programm wird durch Squares und Rounds abwechslungsreich abgerundet
- bei Bedarf und wo möglich werden Tanzbeschreibungen weitergegeben

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Elvira Leise, Tanzleiterin, Hannover  
 Termin: Freitag, 12.05.2023, 14:30 Uhr  
 bis Sonntag, 14.05.2023, 13:00 Uhr  
 Kosten: 210,00 € (EZ-Zuschlag 34,00 €)



## RUNDUM GESUND VON KOPF BIS FUSS

Die gemeinsame Freude an rhythmischer Bewegung fördert die Geselligkeit und die Gesundheit von Körper und Geist. Der Seniorentanz hebt aus dem Einerlei des Alltags heraus und schafft Gemeinschaft.

Gemeinsame Aktivitäten wie Tanzen, und Erkundung der emsländischen Landschaft mit dem Rad tragen zum Wohlbefinden bei, um uns fit zu halten von Kopf bis Fuß.

Wir tanzen ein buntes Programm an Kreistänzen, Mixern, Paar- und Mehrpaartänzen zu Musiken aus aller Welt. Alle Tänze und Figuren werden erklärt und geübt, so dass jede/r nach kurzer Übungsphase mittanzen kann. Eine paarweise Anmeldung ist nicht notwendig.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit normale Hollandräder vom Haus, oder E-Bikes bei einem regionalen Anbieter auszulihen, falls kein eigenes Fahrrad mitgebracht werden kann. Die Radtouren finden – je nach Wetterlage – vormittags oder auch nachmittags statt und sind auch für „Gelegenheitsradler/innen“ geeignet. (jeweils ca, 12-15 km pro Tour)

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Anja Riechert-Karadamur, Tanzleiterin, Bielefeld  
 Maria Brand, LWH (Radtouren)  
 Termin: Montag, 07.08.2023, 15:00 Uhr  
 bis Freitag, 11.08.2023, 13:00 Uhr  
 Kosten: 400,00 € (EZ-Zuschlag 68,00 €) Zzgl. Radverleih

## EINFÜHRUNG IN DEN LINEDANCE

Line Dance ist eine Tanzform, bei der einzelne Tänzer/innen in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Jeder Tanz hat eine eigene Choreografie, meist zu Country-Musik, aber auch zu anderen Musikrichtungen.

In diesem Seminar möchten wir die Grundsritte des Line Dance vermitteln und Anfängertänze und leichte Fortgeschrittenentänze einüben.

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Marion Lang, Tanzleiterin, Haselünne;  
 Leo Scheerder, Tanzleiter, Haselünne  
 Termin: Freitag, 08.09.2023, 18:00 Uhr  
 bis Sonntag, 10.09.2023, 13:00 Uhr  
 Kosten: 200,00 € (EZ-Zuschlag 34,00 €)

## RUMBA, SAMBA, CHA-CHA-CHA – EINE SCHWUNGVOLLE AUSZEIT VOM ALLTAG

- Wer Freude an Musik und Bewegung hat, findet bei uns ein buntes Angebot.
- Lernen Sie unterschiedliche Tänze wie Kreis-, Block- und Gassentänze, Mixer, Kontras und Squares kennen
- Wir vermitteln bekannte und neue Tänze des Bundesverbandes Seniorentanz, von einfach bis anspruchsvoll.
- Wir tanzen deutsche, internationale, klassische und moderne Tänze.
- Auch Tänzer/innen mit wenig Tanzerfahrung dürfen sich trauen.

Leit.: Maria Brand, LWH  
 Ref.: Petra Knemeyer, Tanzleiterin, Jork;  
 Birgit Rudolf, Tanzleiterin, Sankt Augustin  
 Termin: Montag, 18.09.2023, 12:00 Uhr  
 bis Freitag, 22.09.2023, 11:00 Uhr  
 Kosten: 440,00 € (EZ-Zuschlag 68,00 €)