

**RHYTHMUS & KREATIVITÄT (er)leben
URLAUB & NATUR genießen**

TakeTiNa Sommer-Retreat 2023

04. – 08. August in Reichenau/Rax

Schenke Dir rhythmische Atempausen und erfüllte Lebenszeit!
Erlebe Rhythmus als Kraftquelle und als Weg für
rhythmische und persönliche Entwicklung!



TakeTiNa verbindet die Themen
musikalische Kreativität und Rhythmus-Schulung mit Meditation,
Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung.
Es stärkt Dein rhythmisches und musikalisches Selbstvertrauen.
Gleichzeitig entwickelt sich immer mehr Gelassenheit, Freiheit und
Lebensfreude.

Beim Musizieren, Singen, Tanzen und im täglichen Leben.

Ein Teilnehmer berichtet:

*Liebe Elisabeth,
ich habe im Frühjahr einen TakeTiNa Wochenendworkshop bei Dir gemacht.
Was sich rhythmisch seither bei mir bewegt hat ist unbeschreiblich.
War gerade auf einer Chorwoche und habe mich das erste Mal in meinem
Leben rhythmisch „wohl“ gefühlt.
Nochmals vielen Dank.*

Es sind keine rhythmischen oder musikalischen Vorkenntnisse erforderlich!

Mehr Informationen über TakeTiNa mit Elisabeth Schätz
<https://www.rhythmuswege.at/was-ist-taketina/>

**Das TaKeTiNa-Sommer-Retreat lädt dazu ein,
den Alltag ganz hinter sich zu lassen und in die Welt
von Rhythmus, Musik, Klang und
lebendiger Stille einzutauchen.**

TeilnehmerInnen beschreiben dies als ...
**ganz im Leben und bei sich selbst angekommen
innere Heimat
nach Hause kommen
sich sein lassen
das Leben feiern**

Weitere Infos hier:

www.rhythmuswege.at/taketina-sommer-retreat



Hast Du Freude an
Rhythmus und Musik? Trommeln, Tanz oder Gesang?

Wünschst Du Dir Raum für
Entspannung und innere Stille?
rhythmische und persönliche Entwicklung?
Lebensfreude und Kreativität?

Möchtest Du
Dein Rhythmus-Gefühl und Deine Koordination verbessern?
Körperbewusstsein und Vitalität stärken?
Groove & Flow erleben?

Gesundheit und Wohlbefinden unterstützen?
Präsenz und gleichzeitige Wahrnehmung steigern?

Neugierig?

Dann bist Du hier ganz richtig!

**Und ich lade Dich herzlich ein, mich und meine Arbeit mit Rhythmus
kennen zu lernen!**

Die RHYTHMUSWEGE-Angebote verbinden musikalische Kreativität und
Rhythmus-Schulung mit Meditation und Persönlichkeitsentwicklung.
Gleichzeitig stärkst Du Deine Gesundheit und Dein Wohlbefinden.

Und es macht einfach Spaß!

Ein Weg der zu **innerer Stille, Gelassenheit und Lebensfreude** führt,
während sich tiefgreifendes **rhythmisches und musikalisches
Selbstvertrauen** entwickelt.

RHYTHMUSWEGE-NEWSLETTER bestellen

<https://www.rhythmuswege.at/newsletter-bestellen/>



**Der wunderbare Seminarplatz, ist der perfekte Ort um Kreativität mit Urlaub
und Natur zu verbinden.**

Das Seminarhotel Flackl liegt eingebettet in die atemberaubende Natur der Rax-Alpe.
Die majestätischen Berge und die Ruhe der Umgebung schaffen eine einzigartige
Atmosphäre die inspiriert und Kreativität fördert.

Genießen, Seele baumeln lassen und Kraft tanken in der Natur wird hier ganz leicht.
Nur 1 Stunde von Wien entfernt.

Weitere Infos hier:

www.rhythmuswege.at/taketina-sommer-retreat

**Bist Du neugierig?
Hast Du Fragen?**



Bitte melde Dich!

Liebe rhythmische Grüße,
Elisabeth (Sissy) Schätz

www.rhythmuswege.at

Perkussionistin
TaKeTiNa Advanced Rhythmspädagogin
Tanzpädagogin
Atem- und Achtsamkeits Trainerin
Burnout-Prophylaxe Trainerin
Yoga Nidra & Entspannungs-Lehrerin

Tel: +43 (0)699 1 820 80 99

info@rhythmuswege.at

www.rhythmuswege.at

www.facebook.com/rhythmuswege.at

RHYTHMUSWEGE-NEWSLETTER bestellen

<https://www.rhythmuswege.at/newsletter-bestellen/>

Nachstehend weitere Informationen zu den Terminen.

TaKeTiNa Sommer-Retreat 2023

Mit Rhythmus das Leben feiern

<https://www.rhythmuswege.at/taketina-sommer-retreat/>



Wann: Fr, 04. – Di, 08. August

Wo: Seminarhotel Flackl, 2651 Reichenau an der Rax

Eintauchen in die Welt von Musik, Rhythmus, Singen, Bewegung, Klang und lebendiger Stille. Erlebe Rhythmus als Kraftquelle und als Weg für rhythmische und persönliche Entwicklung.

Mit TaKeTiNa werden rhythmische Sicherheit sowie kreative und musikalische Fähigkeiten gestärkt. Gleichzeitig ist es ein Weg für Selbsterfahrung und persönliches Wachstum.

Wie bei einer aktiven Meditation sind heilsame Momente von Gedankenstille und Zeitlosigkeit erlebbar.

Diese ersetzen den Zustand, in dem unsere Gedanken nicht zur Ruhe kommen. Entschleunigung geschieht. Gedanken werden still. Fühlen und Hören intensiviert sich.

Es entwickelt sich rhythmisches und musikalisches Selbstvertrauen und Kreativität.

Man landet ganz im Hier und Jetzt. Voller Präsenz bei gleichzeitig tiefer Entspannung. Ein natürlicher Zustand, mit Freude, Gelassenheit und grundlosem Glücklich-Sein, bekommt immer mehr Raum.

Während diesen Tagen wird die tragende Kraft von Rhythmus spürbar.

Dies stärkt das Vertrauen auch in turbulenten Zeiten Boden zu finden.

Es entsteht Raum um bei sich selbst anzukommen und innere Heimat zu erleben.

<https://www.rhythmuswege.at/taketina-sommer-retreat/>

Falls Fragen dazu auftauchen, bitte gerne melden!

Mail: info@rhythmuswege.at / Tel: +43(0)699 18208099

RHYTHMUSWEGE Training 2023

Mit Conga / Rahmentrommel / Berimbau / TaKeTiNa & more...

<https://www.rhythmuswege.at/rhythmuswege-training-basic/>



Wann:

**Mi, 09. – So, 13. August
So, 22. – Do, 26. Oktober**

Wo: Seminarhotel Flackl, 2651 Reichenau an der Rax

Teilnahme mit TaKeTiNa und Trommelerfahrung möglich!

Das RHYTHMUSWEGE-Training ist ein Angebot für Menschen, die ...

- die mit Freude und Leichtigkeit Neues lernen und erleben möchten
- die gleichzeitig ihr Rhythmus-Gefühl und Ihre Koordination verbessern möchten
- die schon immer die Sehnsucht danach hatten ein Musikinstrument zu spielen aber sich nicht getraut haben oder dachten es ist dafür schon zu spät
- die Trommeln und Perkussion-Instrumente spielen lernen möchten
- die bereits ein Musikinstrument spielen und ihre rhythmische Sicherheit vertiefen möchten
 - die daran interessiert sind, rhythmische, musikalische und persönliche Entwicklung miteinander zu verbinden
 - die einen ganzheitlichen Zugang suchen, bei dem Entspannung und Präsenz Teil des Lernprozesses sind
- die Rhythmus, Trommeln und Gesang als aktive Meditation erleben und nutzen möchten, um Gesundheit, Vitalität und Wohlbefinden zu verbessern
- die spielerisch Ihre eigene Kreativität entdecken und entwickeln möchten

<https://www.rhythmuswege.at/rhythmuswege-training-basic/>

Falls Fragen dazu auftauchen, bitte gerne melden!

Mail: info@rhythmuswege.at / Tel: +43(0)699 18208099

RHYTHMUSWEGE FERIEN 2023

10-Tage-Rhythmus-Urlaub!

mit TaKeTiNa & Musik, Trommeln & Perkussion & more...

Kreativität & Natur pur (er)leben!



Wann: Fr, 04. August– So, 13. August

Wo: Seminarhotel Flackl, 2651 Reichenau an der Rax

Fr, 04. – Di, 08. August / TaKeTiNa Sommer-Retreat
Di, 08. – Mi, 09. August / rhythmischer Urlaubstag
Mi, 09. – So, 13. August / RHYTHMUSWEGE Training

Bei Interesse bitte **RHYTHMUSWEGE-FERIEN-Kombi-Angebot** anfragen!

Falls Fragen dazu auftauchen, bitte gerne melden!
Mail: info@rhythmuswege.at / Tel: +43(0)699 18208099

Zum Vorplanen!

Nächster TaKeTiNa Wochenend-Workshop in Wien

Im Rhythmus Sein – Rhythmus als Weg

<https://www.rhythmuswege.at/taketina-wochenend-workshops/>

Wann: Fr, 03. November– So, 05. November

Wo: Seminarzentrum – Bewusst Sein im Fokus, 1070 Wien

Nächstes TaKeTiNa Winter-Retreat in Reichenau/Rax

Mit Rhythmus, Musik, Klang und Stille das neue Jahr beginnen

Wann: Jänner 2024

Wo: Seminarhotel Flackl , Reichenau/Rax



Liebe rhythmische Grüße,
Elisabeth (Sissy) Schätz

Die nächsten RHYTHMUSWEGE Veranstaltungen finden in Reichenau/Rax statt.

Seminarhotel Flackl - www.flackl.at

Im Semmering-Rax-Schneeberggebiet in den Wiener Alpen

Nur eine Stunde von Wien entfernt

Hier die Infos zum Seminar-Ort:



Das Seminarhotel liegt eingebettet in die atemberaubende Natur der Rax-Alpe. Die majestätischen Berge und die Ruhe der Umgebung schaffen eine einzigartige Atmosphäre die inspiriert und Kreativität fördert.

Der 35 ha große Wald- und Wiesengrund rund um das Haus und die umliegenden Berge laden zum

Genießen, Seele baumeln lassen und Kraft tanken in der Natur ein

In der Nähe fließt die Schwarza. Ein wunderschöner Fluss, der sich perfekt zum Entspannen- und Abkühlen an heißen Tagen eignet. Sehrrrr errrrrrischend!

Was gibt es noch?

fantastisches Essen

gemütliche Zimmer mit Blick auf die umliegende Bergwelt

Gratis Transfer mit dem Rufbus vom/zum Bahnhof Payerbach-Reichenau

viele interessante Wanderwege und tolle Ausflugsziele direkt vor Ort
einen herrlichen Wellnessbereich, mit Sauna, Infrarotkabine und Dampfbad
Bogenschieß-Parcours, Tischtennis, Kaminzimmer, Wintergärten

Streichelzoo, Rax-Seilbahn, gratis Shuttle-Service mit Rufbus

Bootsverleih und Pferdewelt im Kurort Reichenau

Persönliche Betreuung in familiärer Atmosphäre

Es ist einfach toll!

RHYTHMUSWEGE

Trommeln TaKeTiNa Perkussion

Elisabeth (Sissy) Schätz

Perkussionistin

TaKeTiNa Advanced Rhythmspädagogin

Tanzpädagogin

Atem- und Achtsamkeits Trainerin

Burnout-Prophylaxe Trainerin

Yoga Nidra & Entspannungs-Lehrerin

Tel: +43 (0)699 1 820 80 99

info@rhythmuswege.at

www.rhythmuswege.at

www.facebook.com/rhythmuswege.at