

# Vitaleurythmie

Hochschulzertifikatskurs 2020/2021



**Fachgebiet Eurythmie**

Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft

# Vitaleurythmie

Vitaleurythmie verbindet auf neue Weise Achtsamkeit mit den Elementen der Eurythmie. Dadurch unterstützt sie die eurythmischen Bewegungen und erschließt deren heilsame, regenerierende und aufbauende Wirkung.

In dem Zertifikatskurs werden Wege gezeigt, wie man niederschwellig und gezielt auf Übungen und Strategien aufbauen kann, die aus den Erkenntnissen der Stressforschung resultieren. Sie sind auf unsere heutigen Bedürfnisse zugeschnitten.

Vitaleurythmie vermittelt Übungen zu Achtsamkeit, Selbstführung und Teamfähigkeit. Sie fördert sowohl das individuelle Wohlbefinden als auch die Wahrnehmung, Kommunikation und Zusammenarbeit in Teamprozessen. Unser Ansatz ist präventiv-salutogenetisch, wir verbinden dies mit konkreten Anregungen und Übungen für den Unterricht und das Anleiten von Gruppen.

## Unsere Zielgruppe

Der Zertifikatskurs Vitaleurythmie richtet sich an ausgebildete Eurythmistinnen und Eurythmisten, Eurythmie-Lehrerinnen und -lehrer und Eurythmie-Therapeutinnen und -therapeuten. Er bietet eine fundierte Fortbildung der fachlichen, persönlichen und methodischen Fähigkeiten.

## Inhalte

- Achtsamkeit und ihr Einsatz in der Eurythmie
- Vertiefung der Lautwahrnehmung
- Gezielte und praxistaugliche Übungen für das Unterrichten
- Erprobte Methoden und Werkzeuge für das Anleiten von Gruppen
- Feedback zur eigenen Unterrichtspraxis
- Themen: Resilienz, Stress, Kommunikation, das Menschenbild Rudolf Steiners
- Einsatz von Vitaleurythmie in der Erwachsenenbildung und in Organisationen
- Einsatz für den Unterricht in Schulen
- Intensiver kollegialer und fachlicher Austausch

## Termine

**Block 1 → 6.–8.11.2020 // Block 2 → 15.–17.1.2021**  
**Block 3 → 19.–21.2.2021 // Block 4 → 19.–24.4.2021**  
**Block 5 → 17.–19.9.2021**

## Abschluss

Bei Teilnahme an allen Modulen und positiver Bewertung des Portfolios wird ein Zertifikat der Alanus Hochschule vergeben.

## Kursleitung

**Christiane Hagemann** – Eurythmistin und Eurythmietherapeutin // **Michael Werner** – Eurythmiopädagoge und Berater ([www.vitaleurythmie.de](http://www.vitaleurythmie.de))

## Kosten

1.680 Euro. Bei Fragen zu den Gebühren sprechen Sie uns bitte an.

## Anmeldung und weitere Informationen

[eurythmie@alanus.edu](mailto:eurythmie@alanus.edu)  
Tel. 02222.9321-1274

## Veranstaltungsort

**Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft**  
Fachgebiet Eurythmie  
Campus I–Johannishof, 53347 Alfter  
→ [www.alanus.edu](http://www.alanus.edu)