

DIADANS GEWOON BUITEN EN 'BUITENGEWOON'

10 t/m 13 juni Eigentijds festival in Vierhouten,

Optredens workshops en lezingen

www.eigentijdsfestival.nl

20 juni Dag van het Oergevoel Driebergen

26 t/m 29 juni Dansen aan zee Katwijk

OP ORDE EN RUIM ERVAREN

Voor natuurmensen, die bewegingsruimte willen, is het buitendansen een verademing, in die enorme ruimte kan je niets anders dan jezelf ordenen en je kracht te bundelen. •200

9-12 juli Katwijk ;

UNIEK ZIJN EN SAMENHOREN

Als je graag samenwerkt maar moe bent van het aanpassen, leer je al dansend hoe je met behoud van eigen inbreng, juist jezelf aantrekkelijk kan maken, zodat anderen geïnspireerd raken en meegaan. Samenwerken is de kunst van elkaar voeden met onze eigen mogelijkheden, daarin uitblinken, en het beste van elkaar bekrachtigen. •200

9 t/m 12 augustus Katwijk; LEVENSLUST WEKKEN

Voor vroege vogels en avonturiers; wil je je levensenergie weer voelen, laad je op met de kracht van de zee, en dans 4 dagen buiten in weer en wind op het strand van Katwijk, van zonsopgang tot aan het middaguur. • 200.-

20 en 21 augustus Katwijk

23 t/m 27 augustus Schiermonnikoog

meer info via www.Waddenlicht.nl

11 t/m 12 september Katwijk;

BUNDELEN VAN JE VERMOGEN

Voor vroege vogels en avonturiers, die hun levenskracht willen voeden, is het dansen aan zee in weer en wind verkwikkend, je kan er weer helemaal tegen aan.; 2dagen buiten dansen op het strand van Katwijk, van zonsopgang tot aan het middaguur. • 100.-

JAARTRAINING '10/'11

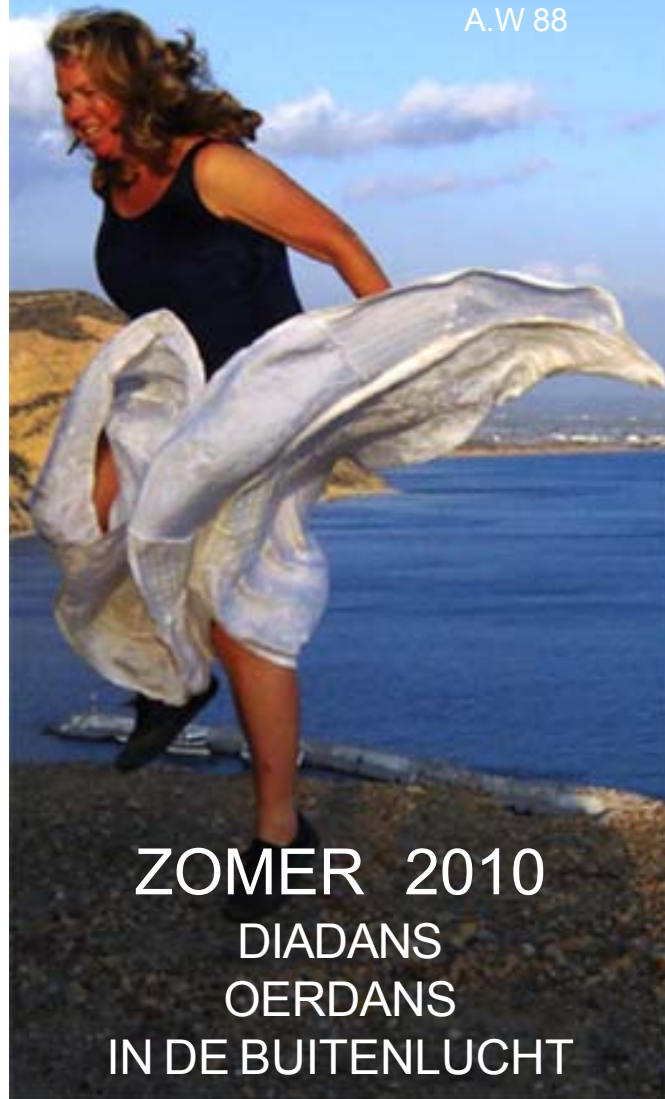
30 dinsdagen 10.00-16.45 start 21 september
kosten • 1250.-Als je je voor 1 juli opgeeft • 1050,-
Vraag de Jaartraining folder aan.

Najaar 2010

16 sept. Epe "Vrijgeven" 1 Liefhebben en Parels
25 -26 sept. Groningen Ode aan de laatste v/d vrouwenlijn
1 okt. A'dam ; "De roep van Inanna "Man en vrouw mysterie"
7 okt. "Ode..." De navel 't teken van geboren uit een moeder.
9 okt. Utrecht Stichting 5 jaar
10 okt. 10 april 7 zondagen voor ervaren dansers
14 okt. Epe "Vrijgeven" 2 Vergeven en Gratie verlenen
21 okt Oss 'Vrijgeven' dansdag
5 nov. Amsterdam ; "Vrijgeven, het vieren van verbintenissen"
13 nov. Arnhem; De roep van Inanna "Man en vrouw mysterie"
14 nov. Utrecht cycli van zeven
18 nov. "Vrijgeven" 3 Waarborgen en Hercoderen
26-29 november Regensburg DU
3 dec. Amsterdam "Ode aan de laatste van de vrouwen lijn"
9 dec. "Ode..." Overeind blijven in de stroom
12 december Utrecht cycli van zeven
20-22 december Utrecht Midwinter
Voorjaar 2011 kunt U opvragen

Blakend, blozend en tintelend van top tot teen,
schoon, fris en gewassen door
zout, zee, zand en zon,
zie je langzaam de sporen van de laatste dans
door de vloedgolven worden uitgewist,
maar de ervaring van de dans dáár
laat een indruk achter voor altijd.

A.W 88



ZOMER 2010
DIADANS
OERDANS
IN DE BUITENLUCHT

www.diadans.nl is online

Anneke Wittermans
Willem Dreeslaan 21
8161 ZD Epe 0578-610161
www.beweegreden.org
www.diadans.nl, www.oerdans.nl
diadans@planet.nl

Diadans in de buitenlucht.

De eerste uren van de dag zijn nog maagdelijk schoon. Dansen in de natuur is een belevenis, de ruimte die ons omgeeft stelt ons gerust of houdt ons actief. Geen enkel moment is hetzelfde, we zijn getuige van kleine veranderingen terwijl wij het ijkten met de dans. De dansen zijn eenvoudig, we herhalen natuurlijke vormen en laten deze ons brengen naar een natuurlijke staat van welzijn. Door het herhalen van de dansvormen kan het lichaam zich thuis gaan voelen in de beweging en staat het toe onnodige spierspanningen te laten rusten. In deze staat is er alle tijd om de natuur te absorberen. De natuur balanceert, zuivert en genereert. De zintuigen worden aangescherpt en in een netwerk van natuurverbanden krijgt het lichaam een natuurlijke ordening aangeboden. Deze eenvoudige maar rijke dansen ondersteunen deze processen ook in ons. De zieleband wordt verstevigd en een nieuw vertrouwen opgebouwd. Vrij, tevreden en balancerend kunnen we de dag tegemoetreden.



In vorm

*De zee kust het strand
golven spoelen af en aan,
zij sabbelen aan het zand.
Zee raakt aarde keer op keer,
Water kruipt in haar poriën.
Zij dijkt uit in het water.
Daar wil ik dansen in vervoering
beproefd worden door de tast
van wind, water, zand en zout,
gepolijst worden als een parel.*

*Bezeten door mijzelf, wil ik
de dans formeren naar mijn zin,
Ik worstel onhandig eigenwijs,
niet in staat een vorm te beheersen.
De wind waait wakker
het zand stroomt veranderlijk
de zon koestert mijn verlangens
In de armen van moeder aarde
wentel ik en win vertrouwen.
Ik zeg vaarwel aan eigen belang
en vind vrede in de vorm.*

*De dansvorm blijkt een venster
een ordening die het ware bewaart
Oude wetten herinneren,
zij kunnen mijn ziel bereiken.
Opgenomen door de dans
zal het ego kunnen sterven.*

A.W. 6 maart 2000



Ervaringen van cursisten over dansen aan zee;

'Aan zee heb ik de draai van de dans ervaren en mijn draai gevonden.'

Wilma

'Om 6 uur 's ochtends, met blote voeten, op het strand, dansen. Dat zijn 4 ingrediënten waar ik blij van word.'

Saskia

'Het was heerlijk om mee te doen, het was een goed begin van mijn vakantie, meteen actief en wakker geschud stapte ik toch wel moe van de laatste werkweek gelijk in de golven van energie en dat heeft mijn hoofd weer wat leger gemaakt en allemaal leuke mensen ...super....
Volgende keer weer,'

Lidwien

'Daar te staan 's ochtends om kwart over zes, aan de kust, het water, de lucht en de golven en daar een dans te gaan oefenen met een groepje mensen is een van de leukste dingen die ik ken.'

Peter

'Dansen aan zee, het trekt me. Het buiten zijn, de verfijning, ordening, God ontmoeten, samenvallen, een deel zijn van een groter geheel.'

Marianne

Anneke Wittermans

Sinds 1981 doceert Anneke dans. Geïnspireerd, enthousiast en bezielde gaat zij te werk en dat is aanstekelijk. De specialiteit van Anneke is inhoud geven aan bewegingen. Zij benadert het lichaam als een fijnbesnaard instrument. Met respect nodigt zij een ieder uit, om echt tot dansen te komen. De aanwijzingen die zij aanreikt over de dans zijn fijn om te krijgen en werken door in de persoonsvorming.

Inschrijvingen:

Voor elke cursus wordt U verzocht om U van tevoren op te geven. Dit kan schriftelijk of telefonisch. Deze afspraak is dan bindend. Als U wilt kennismaken met Diadans Oerdans, kunt U zich bijvoorbeeld inschrijven voor een Inspringdansdag. Dansvaardigheid is niet vereist, wel inzet, lef en humor. Heeft U een e-mail adres, stuur een mail, dan kan ik met zo min mogelijk papier specifieke informatie toezenden. Voor jongeren en studenten speciaal tarief.