

# AKTUELLES

## **Sommer-Seminar 2018** **„Vitamine für die Persönlichkeit“**

*Information für Teilnehmer*

In Freiburg vom 15.08 bis 19.08 oder in München vom 22.08 bis 26.08

### **Freiburg im Breisgau**

**Von Mi. 15.08 bis So. 19.08 / 5 Tage**

|                           |                        |                              |                                |
|---------------------------|------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| <b><u>Tagesablauf</u></b> | <b>am Fr. 17.08</b>    | <b><u>Kursgebühr:</u></b>    | <b>410,00 €</b>                |
| <b><u>Mi/Do/Sa/So</u></b> | <i>kein Abendblock</i> |                              |                                |
| <b>10:00-13:00</b>        | <b>10:00-13:00</b>     |                              |                                |
| <b>14:00-17:00</b>        | <b>14:00-17:00</b>     | <b><u>Mindestalter:</u></b>  | <b>18 Jahre</b>                |
| <b>18:00-20:00</b>        |                        | <b><u>Voraussetzung:</u></b> | <b>Offenheit und Neugierde</b> |

**Mitbringen:** bequeme Kleidung (vorzugsweise schwarz), Wasserflasche

**Ort:** **Freiburger Schauspielschule** [Freiburger-Schauspielschule](http://www.freiburger-schauspielschule.de)  
**Ferdinand-Weiß-Str. 6a** [Theater-Atelier](http://www.theater-atelier.de)  
**D-79106 Freiburg** [info@freiburger-schauspielschule.de](mailto:info@freiburger-schauspielschule.de)  
**Tel.: +49 (0)761 – 381 191**

**Dozent:** **Glenn Giera-Bay** [ggb@arts-bay.com](mailto:ggb@arts-bay.com)

### **München**

**Von Mi. 22.08 bis So. 26.08 / 5 Tage**

|                           |                           |                              |                                |
|---------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| <b><u>Tagesablauf</u></b> | <b><u>Tagesablauf</u></b> | <b><u>Kursgebühr:</u></b>    | <b>410,00 €</b>                |
| <b><u>Mi/Do/Fr</u></b>    | <b><u>Sa/So</u></b>       |                              |                                |
| <b>10:00-18:00</b>        | <b>10:00-13:00</b>        |                              |                                |
| <b>Inklusive Pause</b>    | <b>14:00-17:00</b>        | <b><u>Mindestalter:</u></b>  | <b>18 Jahre</b>                |
|                           | <b>18:00-20:00</b>        | <b><u>Voraussetzung:</u></b> | <b>Offenheit und Neugierde</b> |

**Mitbringen:** bequeme Kleidung (vorzugsweise schwarz), Wasserflasche

**Ort:** **Artemis Schauspielstudio** [Artemis-Theater](http://www.artemis-theater.de)  
**Hans-Preißinger-Str. 8**  
**Halle C / 1. OG**  
**D-81379 München**

**Dozent:** **Glenn Giera-Bay** [ggb@arts-bay.com](mailto:ggb@arts-bay.com)

## **Inhalt**

Dieses Seminar ist für jeden, der sich mal eine außergewöhnliche Auszeit gönnen will. Jeder, der für eine Woche dem Stress entfliehen will, auf der Suche nach dem Ich ist, oder einfach mal Spaß haben und sich ausprobieren möchte, ist willkommen.

In diesem Seminar aktivieren wir unsere Sinne, fördern wir unsere Achtsamkeit, stärken unsere Resilienz und coachen unsere Emotionen.

Inhalt sind praktische Übungen aus dem Handwerk der Schauspielerei der großen Schauspielmeister Lee Strasberg, Sanford Meisner, Michael Tschechow und Keith Johnstone.

Auch wenn wir mit theatralen Mitteln arbeiten, ist jeder willkommen, denn hier geht es in keiner Weise um schauspielerisches Talent, sondern um das Erleben in der Gruppe und die Selbstwahrnehmung. Denn Egal, ob es um ein neues Verantwortungsbewusstsein, körperliche Durchlässigkeit, Grenzerfahrung oder neue Selbsterkenntnisse geht, die Schauspielerei bietet für jeden etwas.

Unser Tagesablauf sieht ungefähr so aus: Frühmorgens starten wir mit meditativen Übungen, worauf ein körperliches Warm-up folgt. Hiernach durchleben wir theatrale Spiele mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Nach einer knackigen Mittagspause kommen wir mit Impulsspielen wieder zusammen, bevor wir uns den speziellen Übungen aus der Schauspielwelt widmen. Nach der zweiten Pause rundet ein entspannter Abendblock den Tag ab.

### **Inhaltlich besteht der Kurs aus drei großen Teilen**

- Schauspieltechniken
- Emotionscoaching
- Meditation

### **Aus den Kursthemen...**

- Aktivierung der Sinne
- Einklang von Körper, Geist und Seele
- Atemtechniken
- Zugang zu Emotionen
- Spielfreude und Lebenslust
- Selbstwirksamkeit und Selbsterkenntnis
- Selbstbewusstsein und Präsenz
- Verantwortungsbewusstsein
- Spontaneität und Flexibilität
- Grenzerfahrung und Bewusstseinsweiterung
- Achtsamkeit und Empathie
- Wohlbefinden

## **Anmelde- und Teilnahmebedingungen**

1. Mit der Unterschrift auf dem Anmeldeformular oder auf einer formlosen Anmeldung gelten die hier abgedruckten Anmelde-, Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen als anerkannt.
2. Die Anmeldung ist nur dann gültig, wenn Sie die Kursgebühr spätestens 14 Tage vor Beginn des Seminars überwiesen haben.
3. Mit der Bestätigung wird die Reservierung eines Platzes verbindlich; die Berechtigung zur Teilnahme ist jedoch nur gegeben, wenn die jeweilige Kursgebühr entrichtet worden ist. Ein Seminar kann nur als Ganzes gebucht werden; die Abwesenheit an einem einzelnen Termin/Tag entbindet Sie nicht von der Zahlungsverpflichtung für das gesamte Seminar; d.h. die Kursgebühr wird für den Seminarplatz entrichtet, nicht für die Anwesenheit.
4. Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, werden bereits einbezahlte Kursgebühren vollständig zurückerstattet. Weitere Verpflichtungen bestehen seitens des Veranstalters nicht.
5. Hinweis zum Datenschutz: Sie sind mit der elektronischen Speicherung Ihrer Daten durch den Veranstalter und die evtl. Aufnahme der Adresse in eine Teilnehmerliste einverstanden; weder wir noch Sie geben diese Daten an Dritte (Privatpersonen und Institutionen) weiter.
6. Die Seminare sind professionelle Selbsterfahrung und Fort-/Weiterbildung; sie sind keine Therapie und können eine solche auch nicht ersetzen. Jede Person nimmt in eigener Verantwortung an dem Kurs/Seminar teil und macht aus evtl. Folgen keinerlei Ansprüche geltend.
7. Copyright Video-, Bild- und Tonaufnahmen: Aus den Aufnahmen, die während der Veranstaltung getätigt werden, können keinerlei Rechte für einzelne Personen abgeleitet werden. Die Anmeldung zu einer Veranstaltung umfasst auch die Zustimmung zur Video-, Bild und Tonaufzeichnung. Alle Rechte, insbesondere auch einer evtl. gewerblichen Vermarktung, an Video-, Bild- und Tonaufnahmen bleiben dem Seminarleiter oder dem Veranstalter vorbehalten.
8. Das Copyright für ausgegebene Arbeitspapiere verbleibt uneingeschränkt beim Veranstalter und dem/der Referenten/in. Das heißt, die Arbeitspapiere sind nur zum persönlichen Gebrauch bestimmt; eine darüber hinausgehende Verwendung (Kopie, Bearbeitung, Veröffentlichung u.ä.) ist nur mit Zustimmung des/der Referenten/in und der Verfasserin oder des Verfassers und mit Quellenangabe erlaubt.
9. Video-, Bild- und Tonaufzeichnungen sowie Werbung durch TeilnehmerInnen während der Veranstaltungen sind nicht gestattet.
10. Rücktrittsbedingungen: Eine Rücktrittserklärung ist stets schriftlich (auch per Email) einzureichen. Bei einem Rücktritt des Teilnehmers 8 bis 14 Tage vor der Veranstaltung werden 50% der Kursgebühren erstattet. Bei einem Rücktritt 0 bis 7 Tage vor der Veranstaltung ist leider keine Erstattung möglich. Der/Die TeilnehmerIn ist dazu berechtigt eine Ersatzperson zu bestimmen, die stattdessen am Kurs/Seminar teilnimmt.