

Diadans Agenda 2010

Wekelijkse trainingen

Donderdag 09.30-11.30, in bos en hei, Epe

Vrijdag 10.00-12.00, Vredenburgstudio's, Amsterdam

Jaartraining 2010-2011

Creëren van vergeten inwijdingen

Start: 16 september 2010 Utrecht

Duur: 30 dinsdagen 10.00-16.45 uur

Inschrijven; telefonisch intakegesprek

Kosten: € 1250,-; op ING 3768025 t.n.v. A.S. Wittermans
(opgeven voor 1 juni 2010 € 1050,-)

Weekend en dansdagen

3 januari 14.00 Utrecht 'Nieuwjaarsduik' workshop

8 januari vrijdag Amsterdam 'Ode aan de vrouwen lijn'

10 januari voor ervaren dansers Amsterdam

23 t/m 24 jan. Groningen 'Ode aan de vrouwen lijn'

12 februari vrijdag Amsterdam 'Man vrouw mysterie'

14 februari voor ervaren dansers Amsterdam

19 t/m 22 Februar Regensburg 'Mann Frau Mysterien'

12 maart vrijdag Amsterdam 'Man vrouw mysterie'

13 maart in Arnhem Puur Dans

14 maart voor ervaren dansers Amsterdam

9 april vrijdag Amsterdam vriendendansdag

11 april voor ervaren dansers Amsterdam

Dansen in de buitenlucht

30 april t/m 10 mei Dansen op Kreta. (boeken in januari)

13 mei Kinderdansdag 08.00 - 15.00

14 mei Katwijk aan zee 06.00 - 15.00

15 en 16 mei Dansen in het bos 06.00 - 15.00

29 mei Dansen aan zee 06.00 - 15.00

10 t/m 13 juni Eigentijds Festival

26 t/m 29 juni Katwijk aan zee 06.00 - 15.00

9 t/m 12 juli Katwijk aan zee 06.00 - 15.00

9 t/m 12 augustus Katwijk aan zee 06.00 - 15.00

20 en 21 augustus Katwijk aan zee 06.00 - 15.00

23 t/m 27 augustus Waddenlicht Schiermonnikoog

11 t/m 12 september Katwijk aan zee 07.30 - 16.00

25 t/m 26 september Groningen 10.00 - 17.00

9 en 10 oktober Stichting Beweegreden 5 jaar

Optredens en lezingen Stichting Beweegreden

10 en 13 juni Eigentijds festival Vierhouten

23 t/m 27 aug. Waddenlicht, manifestatie voor

Aardeheling Schiermonnikoog.

Inschrijvingen:

Voor de cursussen en workshops wordt U verzocht om minstens 1 maand van te voren in te schrijven, dan kunt U korting krijgen. Voor de jaartraining 2 maanden van te voren opgeven. Dit kan schriftelijk, telefonisch of per email. Deze afspraak is dan bindend. Open voor mannen en vrouwen. Dansvaardigheid is niet vereist, wel inzet, lef en humor. Opgave en specifieke folders aan te vragen bij: www.beweegreden.org of diadans@planet.nl
Anneke Wittermans, Willem Dreeslaan 21,
8161ZD Epe, tel: 0578-610161

Diadans 2010



Verfijning

**Ogen tot het detail zichtbaar wordt
Horen tot finesse zich toont
Zo meegaan dat ik bewogen word
om stil te zijn
AW '09**

diadans@planet.nl

www.oerdans.nl

www.beweegreden.org

www.diadans.nl (in ontwikkeling)

Het lichaam als fijnbesnaard instrument leren bespelen

In de versnelling van het leven is tijd kostbaar en vliegt zomaar door de vingers. Een verlangen groeit om te focussen, om met huid en haar betrokken te zijn, met lijf en leden op het hier en nu te concentreren. Het lichaam waar ik levenslang in woon, kent ritme, hartslag en leeftijd. Hoe ik het lichaam draag, onderhoud, voed, zin geef, bepaalt mijn vrijheid. De ervaring om te geven en te nemen vol waarde, zonder mezelf te verliezen, is een levenskunst. Altijd is het mogelijk om het lichaam in motoriek te verfijnen, te preciseren, te ordenen, op te richten, te verwarmen, te accepteren of te transformeren. In de dans ontmoet ik nieuwe frisse ideeën, zij vallen vanzelf binnen.

Anneke Wittermans

*Diadans is een speeltuin voor het lichaam,
altijd toegankelijk voor iedereen.*

Hoe werken we

Diadans is voor dansers en niet dansers een uitdaging, om binnen de eigen mogelijkheden te groeien. We studeren de danspatronen zingend in. Vervolgens dansen we op bijzondere muziek, vaak wereld muziek (b.v. Mari Boine, Rokia Traoré, Cristina Branco, Cecile Kayirebwa, Toumani Diabaté), klassieke muziek of muziek van of 20-ste eeuwse componisten (bv. M.Ravel, A.Piazzolla, A.Pärt, C.Rütti). Flora en fauna wijzen ons de weg. Zo zijn er dansen naar aanleiding van ganzen, bijen, de uil, nautilus, zeepaard, maretak, jeneverbes, teunisbloem. Mensen met liefde voor alles wat groeit en bloeit, die open staan voor alle culturen en religies, voelen zich aangesproken door de helderheid en schoonheid van de dans.

Voor wie

Jong volwassen, ontplooiën van talent; 20-35 jaar

*Fijnzinnig vormgeven en een juiste plaats innemen
in een wereld die schreeuwt.*

Danscoaching voor jonge mensen, die een intrinsieke drang hebben om zelfstandig en zinvol te leven, waarin zij hun eigen aard trouw zijn.

'Midlife' keerpunt, wortelen in je eigen aard; 35-50 jaar

*Als je leven op zijn kop staat en
je wilt je dromen handen en voeten geven,
kom dan dansen en geef je verlangens gestalte.*

Danscoaching voor heroriëntering en re-integratie processen om weer de eigenheid van je leven te erkennen, om je wortels en je voeding terug te vinden.

Levenswijs, levensrijk en vruchtdragend; 50-85 jaar

*Met het lichaam als klankbord, de geest als leidraad,
kom je waar je hoort te zijn.*

Levenskunstenaar worden. Genieten, proeven, verfijnen, polijsten en tijd maken om in contact te zijn met je verlangens, en daar gehoor aan geven.



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.



Anneke uitnodigen voor een speciale bijeenkomst.

Dans mee in een van de aangeboden activiteiten, of organiseer een training in je buurt met bijvoorbeeld vrienden, collega's, of kennissen. Wil je haar uitnodigen voor lezing/performance in een festival, conferentie, beurs onderwijsinstelling, jubileum, huiskamer bijeenkomsten of bij stervensbegeleiding, vraag de voorwaarden.



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