



Workshop Plan



Tag	Uhrzeit	WS Titel	Dauer	max. TN Anzahl	WS Space	kurze Beschreibung	Anmerkung Tools
Freitag	12:30 Uhr - 13:30 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
					3 - Waldbühne		
	14:00 Uhr - 15:00 Uhr	Buugeng Basics (Judith Hildmann) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 Minuten	10	1 - Wiese vorne	Fundamental Movements	eigene Musikbox
		Flowerstick/Devilstick Basics (Jonathan Friedrich) Anfänger und Fortgeschrittene	90 Minuten	15	2 - Wiese hinten	Grundlegende Tricks und Übungen mit und ohne Handstäbe	für 4 Teilnehmer*innen bringe ich Sets mit
	14:00 Uhr - 16:00 Uhr	Authentic Relating Games (Brian) Für alle offen	120 Minuten	20	3 - Waldbühne	Hier können wir mit einfachen Spielen uns und einander tiefer kennenlernen. Wir gebrauchen spielerisch unsere Sprache, ein bisschen den Körper und alle Sinne	
	15:30 Uhr - 16:30 Uhr	Langstabtechniken + Jonglage - Teil 1 (Cyril Schumann) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 - 90 Minuten	15	1 - Wiese vorne	Handhabung und Jonglage mit einem Stab Horizontales und vertikales Arbeiten, Körpereinsatz und Bewegung.	
		Mastering Kaos: An Introduction to the Schrödinger Staff (Alex Cuthbertson) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 Minuten	15	2 - Wiese hinten	Learn some of the basic concepts of controlling Schrödingers Kaos staff. Heisenberg\'s hovercraft, Planck\'s pump, as well as some basic rope dart.	Mind. 10 Tools vorhanden
	15:30 Uhr - 17:00 Uhr	Do The Charleston! (Vanessa P. & Mario G.) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 - 90 Minuten	k.A.	Speisesaal	Ein schneller Einstieg in den Swing-Klassiker. Vom Grundschrift zu einfachen Figuren und Variationen. Kein Partner nötig!	
	17:00 Uhr - 18:00 Uhr	Viet vo Dao (Cyril Schumann) Anfänger	60 Minuten	k.A.	1 - Wiese vorne	Selbstverteidigungen gegen verschiedene Angriffe. Befreiungstechniken aus verschiedenen Situationen sowie rollen, sprungrollen und fall Übungen.	
Resetting this Day (Gerald) Anfänger		60 Minuten	20	2 - Wiese hinten	Mit allen Sinnen im Hier und Jetzt ankommen - und dann entscheiden: Wir beginnen gemeinsam eine geführte Reise durch unser Inneres Selbst: - Meditation, Massage, Energien senden und empfangen, Kommunikation		
Jamsession (Jasmin/Nonako) all Levels		60 - 90 Minuten	6	3 - Waldbühne		Ich werde Perkussion und 3 große Djembe zur Verfügung stellen.	
17:00 Uhr - 18:30 Uhr	First Burn (Karsten*) Anfänger	60 - 90 Minuten	15	Firespace	Feuer spielen mit Anleitung ausprobieren, Sicherheitsvorkehrung lernen	bitte eigene Tools mitbringen	



Workshop Plan



Tag	Uhrzeit	WS Titel	Dauer	max. TN Anzahl	WS Space	kurze Beschreibung	Anmerkung Tools
Samstag	10:00 Uhr - 11:00 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
		Seidenfaden QiGong (Casipan) Anfänger bis Fortgeschritten	60 Minuten	20	3 - Waldbühne	Körperspiralen aus der Mitte	
	11:00 Uhr - 12:00 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
		Wer bin ich wer will ich sein? (Paco) Anfänger	30 Minuten	8	3 - Waldbühne		keine Musik
	12:00 Uhr - 12:30 Uhr	Renegade Intro (Feuercamp-Team) Alle	30 Min	Alle	Firespace	Wir erklären euch wie Ihr Alle die Renegade zu einem Erfolg macht.	
	12:30 Uhr - 13:30 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
		Beatbox (Jonathan Schulze) Anfänger	60 Minuten	10	3 - Waldbühne	Wir probieren gemeinsam grundlegende Beatboxtechniken und erste Beatfolgen aus. Ihr lernt, verschiedene lustige Geräusche zu erzeugen und sie zu einem Muster zusammen zu fügen.	15 Minuten Pause, dann Singen
	14:00 Uhr - 15:00 Uhr	Singen / A Capella (Stephanie Blaue) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 Minuten	15	3 - Waldbühne	Wir nehmen uns ein kleines Stück vor und gehen Schritt für Schritt vom Einsingen über Stimmgruppenbildung und nach NotenGehör singen zum gemeinsamen Klang. Gerne gesehen sind auch Noch-garnicht-Singer. Ihr solltet euch nur trauen wollen, es zu versuchen.	
		Dragonstaff Spiralen (Niklas König (Casipan)) Fortgeschrittene	15 - 30 Minuten	20	1 - Wiese vorne	Dies ist ein KONZEPT-WORKSHOP. Innere Spiralen werden mit dem Dargonstaff harmonisiert und außen sichtbar. KEINE TRICKERKLÄRUNGEN.	
		Einführung in Doppelstäbe (Thomas Grund) Anfänger, ideal wenn Vorwissen mit Single Staff vorhanden ist.	60 Minuten	k.A.	2 - Wiese hinten	Ich kann die Grundlagen, aber auch einige fortgeschrittene Techniken, vermitteln. Ich passe mich an die Kursteilnehmer und deren Vorwissen an.	
	15:00 Uhr - 17:00 Uhr	Beats production (Vladi beats) Fortgeschritten	120 Minuten	20	Speisesaal	Fl Studio Einblicke, aktuelle Beats, Einführung in sampeln	Laptop, Akai mpd
	15:30 Uhr - 16:30 Uhr	Langstabtechniken + Jonglage - Teil 2 (Cyril Schumann) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 - 90 Minuten	15	1 - Wiese vorne	Handhabung und Jonglage mit einem Stab Horizontales und vertikales Arbeiten, Körpereinsatz und Bewegung.	
		Hoop Basics (Sara Villain) Anfänger bis Fortgeschrittene	60 Minuten	15	2 - Wiese hinten	Eine Einführung in das Spiel mit dem Hoop on- und off body - Grundlagen und Basic Moves	
					3 - Waldbühne		
		Slackline (Arne) all Levels	60 Minuten	20	Bäume	Slackline-Basics und mehr	10 Slacklines sind vorhanden
	17:00 Uhr - 18:00 Uhr	Kontaktjonglage - Lost in Isolation (Sven Beyer) Anfänger	60 Minuten	15	1 - Wiese vorne	Eine Einführung in die Kontaktjonglage, mit Schwerpunkt auf Isolationen. Wir werden balancieren, werfen, fangen, und uns mit und um unser kleines Fenster drehen.	
		Viet vo Dao (Cyril Schumann) Anfänger	60 Minuten	k.A.	2 - Wiese hinten	Selbstverteidigungen gegen verschiedene Angriffe. Befreiungstechniken aus verschiedenen Situationen sowie rollen, sprungrollen und fall Übungen.	
				3 - Waldbühne			



Workshop Plan



Tag	Uhrzeit	WS Titel	Dauer	max. TN Anzahl	WS Space	kurze Beschreibung	Anmerkung Tools
Sonntag	10:00 Uhr - 11:00 Uhr	Seidenfaden QiGong (Casipan) Anfänger bis Fortgeschritten	60 Minuten	20	3 - Waldbühne	Körperspiralen aus der Mitte	
	10:00 Uhr - 12:00 Uhr	Hula Hoop Intermediate (Keiko Schmitt) Leicht bis mittel Fortgeschrittene	120 Minuten	20	1 - Wiese vorne	Hoopie Doopie Flow - coole Tricks und funky Moves mit einem und zwei Reifen	
	11:00 Uhr - 12:00 Uhr	Resetting this Day (Gerald) Anfänger	60 Minuten	20	2 - Wiese hinten	Mit allen Sinnen im Hier und Jetzt ankommen - und dann entscheiden: Wir beginnen gemeinsam eine geführte Reise durch unser Inneres Selbst: - Meditation, Massage, Energien senden und empfangen, Kommunikation	
		Mit Rückschlägen umgehen (Paco) Anfänger bis Fortgeschrittene	30 Minuten	10	3 - Waldbühne		keine Musik
	12:30 Uhr - 13:30 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
					3 - Waldbühne		
	14:00 Uhr - 15:00 Uhr				1 - Wiese vorne		
					2 - Wiese hinten		
					3 - Waldbühne		
bis ca. 15 Uhr	Zeit und Raum für spontane Workshops und für Tricksharing (Anmeldung vor Ort noch möglich)						