

Musik und Tanz

Eröffnung des Tanz-T-Raums in Blaubeuren

BEWEGUNG / Yoga, Qi Gong, Flamenco und vieles mehr

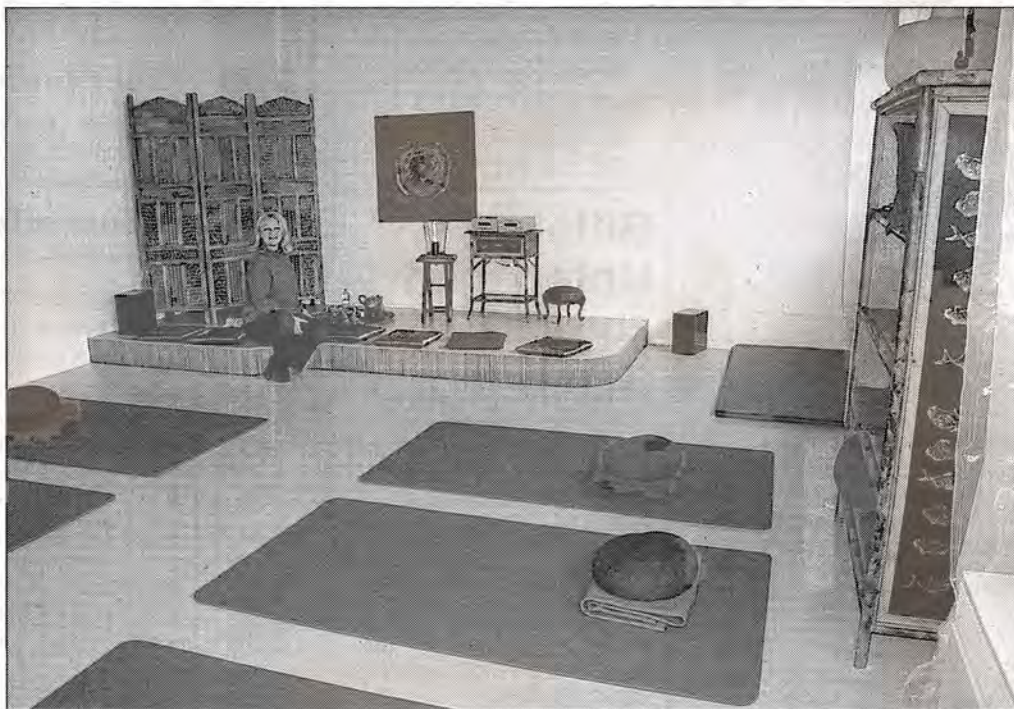
Freude an der Bewegung

Musik und Bewegung können Blockaden lösen und Freude vermitteln. Im neueröffneten Seminarhaus Tanz-T-Raum in Blaubeuren bringt Gabriele Kottmann ihre Kunden mit Flamenco und orientalischen Tänzen auf Trab.

MARGOT
AUTENRIETH-KRONENTHALER

BLAUBEUREN ■ Gabriele Kottmann aus Gerhausen hat sich mit der Gründung des Seminarhauses Tanz-T-Raum Blaubeuren in der Weilerstraße 64 einen langgehegten Wunsch erfüllt. „Mir ist es wichtig, dass die Menschen hier eine Oase finden, in der sie zur Ruhe kommen, neue Kraft schöpfen und Energie tanken können“, sagt die 56-jährige Leiterin für therapeutischen Tanz, kreative Körper- und Bewusstseinsarbeit über ihr Haus für Bewegung und Balance.

Gabriele Kottmann war beruflich im Verwaltungsfach tätig und hatte viel mit Menschen zu tun. Ihre Berufung



Gabriele Kottmann im Tanz-T-Raum in der Weilerstraße in Blaubeuren.

FOTO: mak

fand sie mit Anfang 50, als sie berufsbegleitend eine fünfjährige tanztherapeutische Ausbildung bei der Deutschen Gesellschaft für Tanz, Therapie und Gestaltung in Tübingen absolvierte. „Ich habe selbst erlebt,

wie Bewegung und Musik Blockaden lösen und Freude vermitteln können“, so die Therapeutin, deren Schwerpunkt auf dem Ausdruckstanz und freien Tanz liegt. In der einladenden und freundlichen Atmosphäre

des Tanz-T-Raums Blaubeuren bieten Gabriele Kottmann und ihre Gastdozentinnen Kurse und Workshops ganz unterschiedlicher Prägung und für jedes Alter an: Freier Tanz, Ausdruckstanz, Energy Dance, ori-

entalischer Tanz, Flamenco, Yoga und Qi Gong sowie Meditationen finden in den diversen Kursen, die Gabi Kottmann auch in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule durchführt, statt.

Eine Herzensangelegenheit stellen für sie ihre Kurse „Herrlich gewichtig tanzen“ für Frauen mit Übergewicht dar. „In einer geschützten und wertfreien Umgebung können hier Betroffene ganz neu lernen, sich und ihren Körper zu spüren, ohne dem Druck ausgesetzt zu sein, abnehmen zu müssen“, sagt Gabi Kottmann. Wichtig ist ihr auch, dass die Kurse nur in kleinen Gruppen stattfinden. Die begeisterte Tänzerin will die Menschen dort abholen, wo sie stehen. Deshalb schätzt sie eine behutsame Herangehensweise ans Tanzen mit vorherigen Ruhephasen und sanften Bewegungen. „Ich wünsche mir, dass die Menschen Freude an der Bewegung finden und merken, dass sie ihnen gut tut und sie dadurch freier werden können.“

Ausführliche Informationen zum Seminarhaus Tanz-T-Raum in der Blaubeurer Weilerstraße unter www.tanztraum-blaubeuren.de