Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

TaKeTiNa® – Im Rhythmus sein

Tagesseminar

Datum:	**10.08.2025**
Dauer:	1 Tag
Leitung:	**Ranvita S. Hahn**
Preis:	**110,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartner

tagesevents@oshouta.de

TaKeTiNa® ist ein Kreis von Menschen in rhythmischer Bewegung – in der Mitte eine Basstrommel, die wie ein Herzschlag gleichmäßig pulsiert.

Seminarbeschreibung

Der Körper selbst ist das Instrument: Basisrhythmen in den Füßen, kontrastierende Klatschrhythmen in den Händen und variierende Stimmrhythmen führen uns ohne Zwang und im eigenen Zeitmaß allmählich raus aus der linearen Wahrnehmung hinein in einen Zustand gleichzeitiger Wahrnehmung – in eine entspannte, wache Präsenz.

Durch die Weite, die in uns entsteht, verliert der innere Kritiker an Gewicht. Du kannst erleben, was es heißt, ohne "richtig" oder "falsch" zu lernen.

TaKeTiNa® ist eine Köper- und Bewusstseinsarbeit, die Wissen und Prinzipien aus Musik, Tanz, Kommunikation, Gehirnforschung und Chaostheorie zu einer neuen Form des Lernens und Ent-Lernens verbindet.

Was bietet mir TaKeTiNa®? Neben dem Benefit des rhythmischen Lernens erleben die Teilnehmenden die "Rhythmusreisen" als physisch und mental tief entspannend und gleichzeitig klärend.

Seminarzeiten

11:00 - 17:00 Uhr

optional

Satsang Meditation, 09:30 - 10:30 Uhr