

## Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....

Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....

Vor- und Zuname .....

Straße/Hausnummer .....

PLZ/Ort .....

E-Mail .....

Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 Euro/Nacht)

Ich benötige keine Übernachtung

Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum : .....

Unterschrift

Dem Leben  
Richtung geben



Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

Hengersberger Straße 10  
D-94557 Niederalteich  
Telefax 09901 935219

# Anmeldung

## Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN .....

BIC .....

Geldinstitut .....

Ort .....

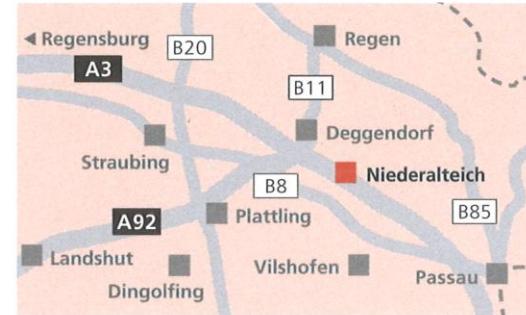
Kontoinhaber/-in .....

Datum/Unterschrift .....

## ANMELDE- UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

**Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet.** Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

**Preis:** Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



**Sie erreichen uns mit dem Auto** über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

**Sie erreichen uns mit dem Zug** über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

### RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:

Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über www.wohin-du-willst.de angemeldet werden.

### Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
anmeldung@lvhs-niederalteich.de



[www.lvhs-niederalteich.de](http://www.lvhs-niederalteich.de)



Dem Leben  
Richtung geben



Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

# TaKeTiNa –

## Ur-rhythmische Bewegungen TS1.3



30. Jan. bis 1. Feb. 2026

## Zugang zu Rhythmus als zentrale Lebenskraft

Der Körper ist das Instrument.  
Einfache Bewegungsabläufe mit Füßen, Händen und Stimme werden wie verschiedene Tonbandspuren allmählich übereinandergelegt und gleichzeitig ausgeführt. Dadurch entsteht eine Komplexität, die willentlich nicht zu machen ist. Intuition entwickelt sich.

Taketina führt in die Kunst, sich durch Loslassen im Rhythmus zu finden. Fehler machen ist erlaubt! Durch spielerisch-leichtes Aus-dem-Rhythmus-Fallen und Wieder-Reinfallen lernen wir, bewertungsfrei mit Fehlern und entspannt mit Chaos und Komplexität umzugehen. Das kann und darf Spaß machen und entwickelt zudem das Rhythmusgefühl.

Keine rhythmischen Vorkenntnisse notwendig. Fähigkeit zu Reflexion und ehrlichem Mitteilen wünschenswert.

Herzliche Einladung!



## Programm

Im Kurs geht es um das Erleben von Rhythmus als tragende Kraft. Musik und Klang entstehen dabei aus dem individuellen Zutun der Teilnehmenden.

Die Kurszeiten leben so vom aktiven Tun im musikalischen Gruppenprozess, verbunden mit dem persönlichen Lauschen, Wahrnehmen und Gewahrsein. Phasen von Aktivität und Ruhe wechseln sich ab. Am Ende jeder Einheit gehen die äußeren Rhythmen immer mehr in innere Bewegungen über.

### Was Sie erwartet:

- Musik, Klang und Pulsation
- Erleben von inneren und äußeren Rhythmen
- Gemeinsames Singen
- Ruhe und Entspannung
- Austausch in der Gruppe
- Verbindung zu sich selbst und anderen
- Gemeinschaft

## Organisatorisches

**Beginn:** Freitag, 30.01.2026 um 18:00 Uhr

**Ende:** Sonntag, 01.02.2026 um 13:00 Uhr

**Kosten:** 299 Euro inklusive Übernachtung im Doppelzimmer und Verpflegung

### Referententeam:



Gaby Eckl



Matthias Schirmer

### Bitte mitbringen:

- bequemes Schuhwerk, dünne Tanzschuhe, oder barfuß in warmen Socken
- ggf. Sitzkissen und Decke für Ruhephasen
- Yogamatte, falls vorhanden

Kooperation mit der KEB im Bistum Passau