



Wandelbewegung

*Mit Biodanza und den Inner Development Goals vom
Ich zum Du zum großen Wir*

Wandelbewegung

Ein Bildungsurlaub, der Lernen und Bewegung verbindet: Wir erforschen tanzend mit Biodanza wie Verbundenheit mit uns, anderen und dem Leben um uns ein wichtiger Schlüssel für den Wandel in der Welt darstellt. Innere Entwicklung in Gemeinschaft ist der Nährboden für eine lebendige, zukunftsfähige Gesellschaft.

Mo-Fr, 10.08. – 14.08.2026

Mo.	09:00 - 16:45
Di.	09:00 - 16:45
Mi.	09:00 - 16:45
Do.	09:00 - 16:45
Fr.	08:30 - 16:15

IndiTO Bildung
Training und Beratung
Estermannstr. 204
53117 Bonn

495,00 € für Selbstzahlende; 555 € für NGO/ge-
meinnützige Organisationen; 615 € Firmenpreis

[Details & Anmeldung](#)

Wie können wir angesichts der sozialen und ökologischen Herausforderungen unserer Zeit lebensfroh, mutig und wirksam sein? Was lässt uns wieder vertrauensvoll aufeinander zugehen, statt in Rückzug und Resignation?

In diesem Seminar erleben wir, wie die inneren und äußeren Dimensionen nachhaltiger Entwicklung zusammenwirken und zu einem kraftvollen Hebel werden können. Die Inner Development Goals (IDGs) zeigen uns dabei einen spannenden Weg des persönlichen Wachstums auf. Wir erhalten wertvolle Wissensimpulse und experimentieren mit Übungen, die Denken, Fühlen und Handeln miteinander verbinden. Das methodische Herzstück ist der erlebensorientierte Ansatz Biodanza (übersetzt "Tanz des Lebens"): durch Bewegung, Musik, kreativen Ausdruck und Begegnung kommen wir auf spielerisch-leichte Art und Weise in Kontakt und erleben das, was die Forschung zu den inneren Schlüsselkompetenzen zukunftsfähiger Menschen und Organisationen weiß. Gemeinsam bündeln wir die Kräfte und schmieden neue Ideen für ein gutes Leben miteinander. Leichtigkeit, Kreativität und Austausch stehen dabei im Mittelpunkt: Lernen darf Spaß machen, darf bewegt sein und darf neue Perspektiven eröffnen. Freude und das Gefühl von Gemeinschaft wirken über eine Woche hinaus - die Teilnehmenden werden Teil einer bewegten & bewegendem Transformation.

Zielgruppe

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle, die nachhaltige Zukunftsgestaltung nicht nur verstehen, sondern auch fühlen und als lebendige Erfahrung erleben möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur die Lust auf Bewegung, Begegnung und gemeinsames Gestalten.

Bausteine

- Impulse & Inspiration (Kopf): in Form von kurzen Inputs werden neue Perspektiven aufgezeigt und zu Reflexionen über persönliche und gesellschaftliche Handlungsspielräume eingeladen.
- Tanz & Körperarbeit (Herz & Körper): Biodanza-Sessions (Vivencas) aktivieren Körperwahrnehmungen und Gefühle zu den angesprochenen Themen und schaffen ein Gefühl von Verbundenheit und Lebendigkeit.
- Kreative Transformation (Handeln): kreative und bewegte Gestaltungsprozesse lassen neue Ideen für nachhaltiges Handeln entstehen, die in Form von kooperativen Mini-Projekten ins Leben fließen.

Stornobedingungen

Treten Sie bis 6 Wochen vor Kursbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro. Bei einem Rücktritt zwischen 6 und 2 Wochen vor Beginn werden 50% des Veranstaltungspreises fällig. Bei späterem Rücktritt, Nicht-Teilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Dozierende



Reinhild Bode

Dr. Reinhild Bode ist Trainerin für interkulturelle Kompetenz, Biodanza-Lehrerin sowie IDG-Botschafterin. Ihre Tätigkeiten im Bereich nachhaltige Entwicklung in Südamerika und ihre Arbeit mit Migrantinnen haben sie geprägt. Persönliche Entwicklung ist für sie unerlässlich für den sozial-ökologischen Wandel in der Welt.

