

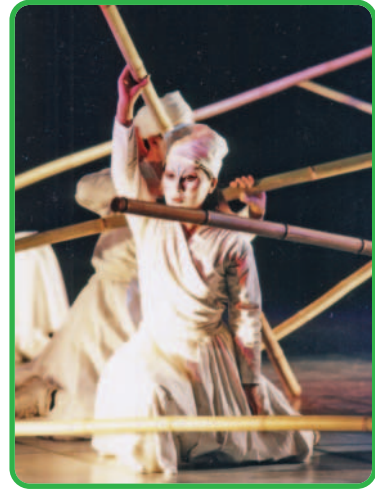
# SPIEL' DEN BAMBUS

... radikal langsam sein ...



Hast Du schon einmal mit einer  
5 m-langen Bambusstange getanzt ?

Theater Salpuri bietet Dir Gelegenheit  
zu einem  
TANZ MIT DEM BAMBUS :  
einem intensiv immersiven Erleben  
von Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und  
Entschleunigung ...  
auf einer Spielfläche von 10 x 10 Metern.



**Wir erforschen mit Dir das Langsam-Sein :**

Lasst uns versuchen - das Tempo rauszunehmen aus dem -

- \_ wie ich mich bewege ... mit Bambus,
- \_ wie ich mich wahrnehme mit Bambus,
- \_ wie ich mich wahrnehme mit Bambus im Raum,
- \_ wie ich mich wahrnehme mit Bambus und den Anderen.

Nach einer Einführung von 25-30 Min. in das sensitive SPIEL MIT DEM BAMBUS wirst du für 10 Min. zur Spielerin/zum Spieler auf unserem Spielfeld : dem **ORT der ENTSCHEUNIGUNG**. Jetzt entfaltet du spielerisch dein **VERBUNDEN-SEIN**: verbunden mit deinem Körper, mit deinen Bewegungen mit Bambus, mit dem Raum, verbunden mit deinen Mit-Spielenden. Beginne ganz nah bei dir und dem **BAMBUS**, öffne langsam deine Achtsamkeit in den Raum, dann zu den Mitspieler:innen, immer in Verbindung mit dem **BAMBUS**. Ein Spiel, das dich zu der Erfahrung von Entschleunigung, zu dem Erleben des **MIT-DA-SEIN\*** führt, *internally, externally, organically*. [\*Jean-Luc-Nancy]

**Museum Neukölln - Festival der Entschleunigung** - Schloss und Gutshof Britz  
Samstag 26. und Sonntag 27. 08.2023 : 12:30 - 13.30 h / 14:30 - 15.30 h / 16:30 h - 17:30 h

Coaches für meditative Bewegung: Soogi Kang | Dietmar Lenz

