



EINE TANZREISE DER ELEMENTE DURCH MAROKKOS SÜDEN

„ENTDECKE DEINE SEELE IN DEN ELEMENTEN UND
BEGEGNE IHR IM TANZ“

TANZEND ENTDECKEN WIR DIE SCHÖNHEIT DER EINZIGARTIGEN NATUR IN SÜDMAROKKO: DAS MEER, TROCKENE REGIONEN IM ANTI-ATLAS, EINSAME WÜSTEN, PALMENOASEN UND DAS HOCHGEBIRGE DES HOHEN ATLAS. IM ABENTEUER SICH AN MAGISCHEN ORTEN MIT DEN ELEMENTEN DER NATUR ZU VERBINDEN, LÄSST UNS DURCH DEN TANZ WIEDER DIE EIGENE VIELSEITIGKEIT UND FÜLLE ERFAHREN.

TERMIN Do 26. September – Mo 07. Oktober 2019

DAUER 12 Tage

1. Tag - MARHABA IN AGADIR

Fahrtzeit ½ h

Ankunft im Reiseland - wir werden vom Flughafen abgeholt und in unser Hotel gebracht, das im Hinterland von Agadir liegt mit Blick über die Landschaft. Dort lernen wir uns kennen bei einem gemeinsamen Abendessen. Zwei Übernachtungen mit Frühstück im komfortablen Hotel Paradis Nomade. <http://www.paradis-nomade.com/>

2. Tag - AGADIR - TAGHAZOUT

Fahrtzeit 1 ½h

Mit Hilfe der Sinne kommen wir im „Hier und Jetzt“ an. Wir öffnen die Sinne für das Neue, um so mit unserer ganzen Lebendigkeit bereit zu sein in ein anderes Land einzutauchen. Durch das bewusste Erkennen wird aus dem unbekanntem und fremden etwas Eigenes, das uns bereichert. Heute fahren wir ans Meer und begegnen dort dem Element **WASSER**. Dieses Element fördert Intuition. Durch weiche, fließende, wellenförmige Bewegungen können wir uns gut mit Gefühlen und Unterbewusstsein verbinden und so in die Tiefen unsers „Seins“ abtauchen. Letztlich strebt alles **WASSER** dem Meer nach und auch wir können dort besonders gut ins Fließen kommen, wodurch ein Auflösen von Blockaden und Reinigung entsteht. Geheimnisse der Tiefe unserer Gefühle können zu wertvollen Perlen werden. Wir tanzen am Strand, sammeln Muscheln oder Steine und schließen den Nachmittag mit einem Barbecue am offenen Feuer, fangfrischem gegrillten Fisch und einem marokkanischen Minz-Tee ab.



3. + 4. Tag - TAFRAOUTE

Fahrtzeit 3½ h

Nach dem Frühstück Fahrt nach Tafraoute, zu einer Oasenstadt, die in einer grandiosen Gebirgslandschaft im westlichen Anti-Atlas liegt. Gegen Mittag erreichen wir das Dorf Oumesnate mit seiner traditionellen Lehmarchitektur, wo wir im „Maison Traditionelle“ Mittagessen können und ein traditionelles Haus der Berber besichtigen können. Musiker werden uns dort mit ihren Trommeln aufspielen und zum Tanz einladen.

Am nächsten Tag besuchen wir die „blauen Steine“ in einer bizarren Landschaft, in der sich Künstler mit Farben verewigt haben. Hier werden wir eine Wanderung in die Granitfelsenlandschaft unternehmen und uns mit dem Element **ERDE** tanzend verbinden. „**ERDUNG**“ entsteht durch die Verbindung der Füße zur Erde. Durch Verwurzelung und Rhythmus können wir ein Gefühl von „in sich zu Hause sein“ schaffen. Mit der bodenständigen Achtsamkeit im „Hier und Jetzt“ sehen wir die Schönheit der Natur und erkennen wir die Ästhetik des eigenen Körpers in Bewegung. Körper und Natur, beides ist die sichtbar gewordene Struktur, eine Schale und Untergrund durch das sich Leben zeigt und das alles Leben trägt.

Zwei Übernachtungen mit HP im komfortablen, traditionellen Kasbah-Hotel El Malara.

<http://www.elmalara.com/>

5. Tag - TAFRAOUTE - FOUM ZGUID

Fahrtzeit 6h

Nach einem Besuch im Souk von Tafraoute reisen wir weiter durch das Tal von Tata mit typischen, traditionellen Wohnhäusern der Berber, durch eine einzigartige, bizarre Landschaft im abgelegenen Süden Marokkos. Am Nachmittag Ankunft in Foum Zguid, Übernachtung mit HP im komfortablen, traditionellen Kasbah-Hotel Bab Rimal.

<http://www.maroc-desert.com/index.html>

6. + 7. Tag - M'HAMID - ERG CHEGAGA

Fahrtzeit 3h

Heute kommen wir in der Wüste an! Am Nachmittag besteigen wir unsere Kamele und verbringen die zwei folgenden Nächte unter dem Sternenhimmel der Sahara. Die Trekkingtour durch die Dünen Erg Chegagas mit Dromedaren lässt uns tief in die Stille und Weite der Wüste eintauchen. Wir nähern uns hier dem Element **FEUER**. **FEUER** bringt Wandel und erzeugt durch Veränderung Energie. Verbrennt man Holz, so entsteht Asche, woraus wiederum Wärme entsteht. Durch den dynamischen Ausdruck in Bewegung, durch die Entwicklung von langsam und schnell, kraftvoll und zart sowie anderer Polaritäten, entsteht Selbsterkenntnis. **FEUER** ist das Element der Liebe und Herzenswärme und zeigt sich durch das Strahlen unserer inneren Sonne und ist damit das Gegenteil von Angst. Mut zur Veränderung, welcher Platz wäre besser geeignet als die Wüste. So tanzen wir abends nach Sonnenuntergang zu den Rhythmen der Nomaden-Trommeln barfuß im Sand. Unsere Führer versorgen uns mit allem nötigen während dieser 2 außergewöhnlichen Tage. Übernachtung in Zelten (DZ) mit Vollverpflegung.



8. TAG - DAS DRÂA-TAL

Fahrtzeit 1,5h

Am Vormittag dieses Tages werden wir abgeholt und begeben uns auf eine Fahrt durch das Drâa-Tal mit seinen Palmenoasen. Der Weg führt uns zunächst nach Tamegroute, einem heiligen Zentrum der Sufi-Mystiker und Ort der typischen grünen Töpferwaren. Dort besuchen wir die Koran-Schule, die "Nasiriyya", die Gräber der 8 Marabuts, die Heilung versprechen und die Töpfereien. Bei unserem Freund Tarik und seiner Familie können wir unser Mittagessen einnehmen.

Anschließend geht unsere Fahrt weiter zur Kasbah Oulad Othmane, einer traditionellen Kasbah, in der wir die Nacht verbringen. Hier können wir die Dorfgemeinschaft und eine Schule besuchen und den Anbau der Feldfrüchte in der Oasenlandschaft begutachten. Übernachtung mit Halbpension in der traditionellen **Kasbah Oulad Othmane**.

9. TAG - AIT BENHADDOU - TELOUET

Fahrtzeit 3h

Unsere Reise führt heute über den Pass Tizi n'Tiniffit zur Kasbah Ait Benhaddou. Besuch der befestigten Stadt Ait Benhaddou, die eine Residenz des Atlas-Königs El-Glaoui ist und bereits in vielen großen Filmen als beeindruckende Kulisse diente.

Anschließend Weiterfahrt nach Telouet, die ebenfalls eine Residenz des Atlas-Königs El-Glaoui ist, und zu den Höhepunkten einer Reise über den Hohen Atlas zählt. Wir übernachten in einer Auberge einer Berber-Familie, die uns abends zum traditionellen Tanz einlädt.

Hier, in den Schluchten des Hohen Atlas, verbinden wir uns mit dem Element **LUFT**. **LUFT** bedeutet Atem und Leichtigkeit. Wir können uns von der **LUFT** berühren lassen, genauso wie unsere Hände berühren können. Dadurch entsteht Kommunikation in Form von Geben und Nehmen. Den feinen Melodien lauschen und das zarte Spüren in Tanz umzusetzen fördert unsere Inspiration. Mit dem Atmen beginnt das „sich weiten“ und damit können wir Grenzen sprengen. Mit bunten Tüchern kann man Bewegungen der Luft sichtbar machen und Formen in die Luft „malen“. Übernachtung mit Halbpension in der **Auberge Chez Said** bei Telouet.

10. Tag - TELOUET - MARRAKESCH

Fahrtzeit 5h

Früh morgens Besichtigung der Kasbah Telouet, bevor wir über den Hohen Atlas und den Pass Tich n'Tizka nach Marrakesch fahren. Ankunft am späten Nachmittag in Marrakesch.

Marrakesch, die Stadt mit dem orientalischen Zauber, lädt zu einem Streifzug durch die Medina ein: Höhepunkt ist der „Djema el Fna“, der Marktplatz mit seinem farbenprächtigen Alltagsleben, auf dem sich Händler, Märchenerzähler, Wasserverkäufer und Schlangenbeschwörer einfinden. Unser Abendessen können wir in einer der Garküchen des bunten Platzes einnehmen. Übernachtung mit Frühstück im komfortablen und traditionellen **Riad Les Ammonites**. <http://www.riadlesammonites.com/>

11. Tag - MARRAKESCH

Heute haben wir Zeit die orientalische Königsstadt Marrakesch zu entdecken und uns mit dem Element **RAUM / ÄTHER** abschließend zu verbinden – und uns von unserem Gastland zu verabschieden.



Wir besichtigen die Koutoubia-Moschee, die Saadien-Gräber und den Jardin Majorelle und tauchen in das Alltagsleben der Souks ein, in dem wir uns von den Farben, Düften und Menschen der Medina inspirieren lassen. Am letzten Abend verabschieden wir uns mit einem gemeinsamen Dinner auf der Terrasse unseres Riads von diesem wunderschönen Land mit den herzlichen und gastfreundlichen Bewohnern – mit einem ganz besonderen Abschluss-Event: eine Gnaoua-Musikgruppe wird ein privates Konzert für uns geben. Im spirituellen rhythmischen Trance-Tance widmen wir uns dem Element **ÄTHER** zum Abschluss dieser wundervollen musikalischen Reise durch Marokko. Dieses Element vereint alle Elemente und schafft die feinen Fäden der Verbindung zwischen allem. Es ist schwer zu fassen und doch allgegenwärtig. Tanz ist die Kunst des Augenblicks und in Form gebrachter Äther. Mit diesem Element schließt sich der Kreis der Elemente. Und wo könnte dies besser möglich sein als im Schmelztiegel von Marrakesch, in dem sich verschiedene Epochen und Kulturen im bunten Treiben der Souks und den Klängen des Orients vermischen.

Übernachtung mit Frühstück und Abendessen im **Riad Les Ammonites**.

12. Tag - MARRAKESCH AIRPORT - RÜCKFLUG IN DIE HEIMAT

Maasalama Marokko – Transfer zum Flughafen Marrakesch – Rückflug in die Heimat.



Seminarleitung



[Barbara Prostedter](#), klinische Tanztherapeutin BTD ©,
Tänzerin, Tanzleiterin

Seit über 20 Jahren widmet sich die Haarbacherin dem Tanz und der authentischen Körperbewegung. Bewegung nicht zu "gestalten", sondern sich aus dem "Inneren bewegen zu lassen" ist eine ihrer Prämissen beim Tanz. Nach innen horchen, den Körper imaginieren lassen und seinen spontanen Impulsen folgen – und dadurch in einen intensiven Dialog zwischen Geist, Körper und Gefühl zu treten. Authentische Bewegung ist eine besonders tiefe und spannende Entdeckungsreise zu sich selbst.

Den eigenen Rhythmus zu erspüren und auszudrücken, den Rhythmus der anderen wahrzunehmen, den Rhythmus Afrikas durch Trommeln zu erleben und sich mit dem Rhythmus der Erde in Verbindung bringen – sind die grundlegenden Ideen zu diesem [Tanz-Workshop der Elemente](#).

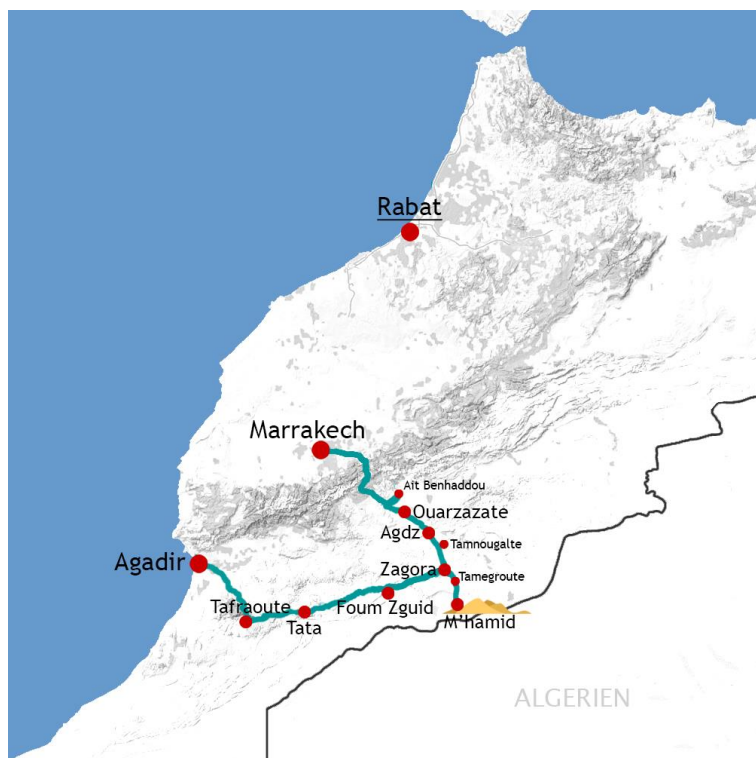
Weitere Qualitäten können entdeckt werden auf dieser einzigartigen Reise durch den Maghreb:

- der inneren Fülle und den eigenen Impulsen in der Stille der Wüste begegnen
- die orientalische Ornamentik in Bewegung umsetzen und ein „bewegtes Kunstwerk“ gestalten
- eine Körperreise in Meditation und Bewegung erfahren mit der Erkenntnis „mit welchen Qualitäten reise ich gerne durch das Leben“
- Körperbild und Raumempfinden sensibilisieren und fördern

„Es geht darum zu wissen, wo man ist und wo man hingeht. Diese Erfahrung dient der Integration von Orientierung, Zentrierung und Abgrenzung, dem Gefühl für Innen und Außen.“



Reiseroute



Preis

pro Person im DZ	1.690 €
EZ-Zuschlag	150 €

Leistungen

- Reise in einer Kleingruppe mit 4 – 10 Personen
- Transfer Flughafen – Hotel – Flughafen
- 9 Übernachtungen in landestypischen, komfortablen Hotels im DZ mit Halbpension
- 2 Nächte im Wüstencamp / Zelt mit Vollpension und Dromedar-Trekking
- Fahrt im komfortablen, klimatisierten Kleinbus inkl. Benzinkosten
- Betreuung durch einen ortskundigen und wüstenerprobten Fahrer
- Deutschsprachiger Stadtführer in Marrakesch
- Gnaoua-Musik Concert in Marrakesch
- Seminarleitung [Barbara Prostedter](#)

Kurzfristige Programm-Änderungen vorbehalten.



Reiseanmeldung

Per Fax an +49.3212.101 53 19
oder per Post an ethnoTOURS reisekultur Volkartstr. 20 . 80634 München

Bei folgender Reise möchte ich/möchten wir dabei sein:

<i>Reisename</i> EINE TANZ-REISE DER 4 ELEMENTE DURCH MAROKKOS SÜDEN
--

<i>Gewünschter Reisebeginn</i>

<i>Ankunft-Flughafen im Reiseland</i> Agadir
--

<i>Gewünschtes Reiseende</i>

<i>Abreise-Flughafen im Reiseland</i> Marrakesch
--

Teilnehmer 1/ Rechnungsempfänger

<i>Vorname / Nachname</i>

<i>Geburtsdatum</i>

Teilnehmer 2

<i>Vorname / Nachname</i>

<i>Geburtsdatum</i>

Rechnungsanschrift

<i>Straße / Hausnummer</i>

<i>PLZ / Ort</i>

<i>Telefon / Mobil</i>

<i>eMail</i>

DZ

EZ

Halbes Twin
(nur möglich, wenn sich ein passender Partner findet)

<i>Ort / Datum</i>

<i>Unterschrift</i>

Der Reisepass muss am vorgesehenen Rückreisetermin noch 6 Monate gültig sein! Programmänderungen behalten sich die Leistungspartner im Land vor. Die Anzahlung in Höhe von 30% des Reisepreises bezahlen Sie bitte erst nach Erhalt der Buchungsbestätigung und des Sicherungsscheins.