

*Das gab's noch nie!*

Sommer-Bewegungs-Festival

Wochenend - Special !!

Tanzen, Singen, Circus, Stabfechten, Yoga  
und Aufführungen des Wandertheaters  
Compagnie Pas de Deux



Sonnerden (Rhön) bei Fulda

29. – 31. August 2025



**Tauche ein** für ein Wochenende in eine bunte Welt voll begeisterndem Tanz, singender Freude, spielerischem Circus, kunstvollem Stabfechten und lass Dich verzaubern vom wundervollen Wandertheater Compagnie Pas de Deux.



**Genieße Sonnerden**, inmitten schönster Natur der Rhön, ein Ort, welcher sich mithilfe engagierter Menschen seit einigen Jahren in ein gemeinschaftliches Zukunftsdorf entwickelt.



**Lass Dich befeuern** vom Schwung und der mitreißenden Begeisterung der Kursleiter: Benedikt Lux (Tanzen, singen, Circus und Spiel), Arne Schneider (Vidarbuda Stabfechten), Aline del Torre (Yoga), Martin del Torre (Akrobatik-Training).



**An diesem Intensiv-Wochenende** werden wir uns in verschiedenen Kurseinheiten auf vielfältige Weise bewegen: In den **Tänzen und Liedern der Welt** erleben wir die verschiedenen Kulturen auf eine ganz besondere Weise, ruhig schwingend und feurig bewegt. Wir werden traditionelle Tänze kennen lernen wie auch ganz aktuelle Folklore-Choreographien.

**Beim Stabfechten**, welches zugleich Gefecht wie auch Gespräch sein kann, erfahren wir in den verschiedenen Grundlagen von Angriffen und Paraden, dass es nicht nur um Hauen und Stechen geht, sondern es Fähigkeiten und Funktionen braucht, wie Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Klarheit, Fokus, Intention, Stabkontrolle, innere Ausgeglichenheit und vieles mehr, die wir uns in spielerischen Übungen bewusst machen und anwenden. Der Spaß und die Freude in der Begegnung der Fechtkunst im Miteinander und Gegeneinander steht dabei im Vordergrund. Infos: [www.stabfechten.de](http://www.stabfechten.de)  
Im **Yoga** erleben wir Bewegung, die zur Ruhe kommt in der ganzheitlichen Verbindung von Körper, Seele und Geist.

In Grundlagenübungen der **Akrobatik** wird Körpertraining und Bewegungsbewusstsein auf eine umfassende Art erfahren.

Neben dem bewegten Miteinander tauchen wir ein in die zauberhafte Welt des Wandertheaters **Compagnie Pas de Deux**, deren humorvolle und tief sinnige Stücke mit Musik, Schauspiel, Akrobatik und Jonglage ein wahrer Hochgenuss sind!

**Auftritte** während des  
Bewegungs-Festivals:

Fr., 29.8., 19 Uhr  
Die unbekannte Insel

Sa. 30.8. 11 Uhr  
Souvenirs

Sa., 30.8., 19 Uhr  
David Eisele, Solostück: Tornado´s eye / Infos: [www.tornadoseye.com](http://www.tornadoseye.com)

So., 31.8., 11 Uhr  
Ein Märchen aus der Wunderkiste

**Infos Compagnie Pas de Deux: [www.pas-de-deux.ch](http://www.pas-de-deux.ch)**

**Das Bewegungsfestival ist auch als Wochenkurs vom 24.-31. August buchbar, Infos: [www.benediktlux.de](http://www.benediktlux.de)**



## **Festival Wochenende - Special Rahmendaten:**

**Beginn:** Freitag, 29. August um 18 Uhr mit Abendessen

**Ende:** Sonntag, 31. August um 15 Uhr nach dem Mittagessen

**Unterkunft:** Matratzenlager, Zelten, Stellplätze Campingbus

### **Kosten fürs Wochenende:**

**Unterkunft pro Person:** Matratzenlager 30 Euro / Camper, Zelten 25 Euro

**Festival-Gebühr** (Kursteilnahme Tanzen, Singen, Circus, Akrobatik, Yoga, Stabfechten, alle Auftritte von Pas de Deux): 220 Euro / ermäßigt 190 Euro

**Kinder (7-14 Jahre):** Kursteilnahme und Auftritte von Pas de Deux:  
120 Euro, nur Auftritte: 60 Euro

**Verpflegung:** Vollverpflegung vegetarisch 60 Euro

### **Verbindliche schriftliche Anmeldung bis zum 1. August 2025 bei:**

Benedikt Lux, Kurhausstraße 2, 34131 Kassel

Tel.: 015786601553 / E-Mail: [benelux@online.de](mailto:benelux@online.de)

Web: [www.benediktlux.de](http://www.benediktlux.de)

### **Kursbeitrag sowie die Kosten für Unterkunft und Verpflegung überweisen an:**

Benedikt Lux, Stichwort: Bewegungs-Wochenende Sonnerden 2025

Kontoverbindung: Volksbank Kassel Göttingen

BIC: GENODE51KS1 IBAN: DE39 5209 0000 0101 7119 00

Die Anmeldung wird durch Überweisung des Kursbeitrages gültig.

Bei Absagen nach dem 1. August 2025 wird der Kursbeitrag zurückerstattet abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 100 Euro.

Anmeldeabschnitt ausfüllen und per Post zusenden oder die angegebenen Daten einfach per E-Mail senden an: [benelux@online.de](mailto:benelux@online.de)

Der Kurs geschieht auf eigene Gefahr. Für Schäden jedweder Art wird nicht haftet.



# Anmeldeabschnitt

Bitte senden an: Benedikt Lux, Kurhausstraße 2, 34131 Kassel

Hiermit melde ich mich/uns verbindlich an zum Bewegungs-Festival Wochenend-Special in Sonnerden

- 29. – 31. August 2025
- Ich melde mich und ..... weitere Personen an
- Ich buche einen Platz im  Matratzenlager,  Stellplatz Campingbus,  zelten
- Ich überweise den Teilnahmebeitrag (Kurs, Unterkunft, Verpflegung) in Höhe von .....€ bis zum 1. August 2025 auf das angegebene Konto
- Ich buche Vollverpflegung
- Ich komme mit dem Auto und kann noch ..... Personen mitnehmen
- Ich suche eine Mitfahrgelegenheit von (Ort): .....
- Ich komme mit dem Zug und möchte an der Haltestelle „Poppenhausen Kirche“ (dorthin fährt Bus Nr. 35 von Fulda Bahnhof) abgeholt werden.  
Abholung möglich am 29. August zwischen 15 und 17 Uhr

Bemerkungen/Fragen:

Datum und Unterschrift

.....

Name(n): .....

Geburtsdatum: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: .....

E-Mail-Adresse: .....