



Choreographien von Benedikt und neue Tänze aus aller Welt

Intensivtanzwochenende
mit **Benedikt Lux** in Sonnerden

5. – 7. Dezember 2025

Die Welt ist in Bewegung, gestaltet sich immer wieder neu, so auch die Kulturen und ihr künstlerischer Ausdruck in Musik und Tanz. Musikstile durchdringen sich und neue Tanzformen entstehen, insbesondere in den Folkloretänzen trifft sich Tradition und Moderne.

Seit 30 Jahren bin ich im Bereich Folklore-Choreographie tätig, schöpfe aus dem reichen Schatz an traditionellen Schritten und Bewegungselementen und kreierte auf vielfältige aktuelle Folkmusik neue Tänze, die von Jung und Alt überall mit Begeisterung getanzt werden.

Aus den etwa 150 eigenen Tanzgestaltungen stelle ich an diesem Wochenende wieder mal ein Best-of-Programm zusammen, erweitert durch ganz neue Choreographien und Tänze aus aller Welt! Der Workshop richtet sich an Menschen mit Tanzerfahrung!



Zeiten: Freitag 19:00-21:00 Uhr, Samstag 9:30 – 21:30 Uhr, Sonntag 9:30 – 13:30 Uhr.

Ort: Sonnerden, Bodenhof 115, 36129 Gersfeld

Mitbringen: Schuhe zum Bewegen (z.B. Tanz-Sneakers, Eurythmieschuhe, Turnschuhe), bequeme Kleidung, Yogamatte, Schreibzeug. Falls vorhanden und spielbar auch gern ein Instrument für die Live-Musik!

Verpflegung: Selbstverpflegung. Gerne etwas zu essen fürs gemeinsame Pausen-
Buffet mitbringen! Zutaten für die warme Mahlzeit am Samstag und Sonntag, sowie
Brot und Aufstriche für Frühstück und Abendessen sind vorhanden. Essens-Kosten
fürs Wochenende (Küchennutzung, warme Mahlzeiten): 30 Euro

Übernachtung pro Person: Einzelzimmer (60 € pro Wochenende), Doppel- oder
Dreierzimmer (50 € pro Wochenende), Matratzenlager (30 € pro Wochenende),
Camper (25 € pro WE). Bettwäsche (Überzug, Laken) mitbringen oder vor Ort für 10
Euro leihen. Für die Buchung des Matratzenlagers Schlafsack mitbringen, Matratzen
sind vorhanden.

Kosten: Kurskosten (140 Euro, 120 Euro ermäßigt), Essenskosten und
Übernachtungsgeld gerne in bar vor Ort bezahlen.

Rahmen-Zeiten: Ankunft in Sonnerden möglich am Freitag ab 17 Uhr. 18 Uhr
Abendessen, ab 19 Uhr gemeinsames tänzerisches Einschwingen. Ende am Sonntag
nach dem Mittagessen um 15 Uhr.

Anreise: Wer am Freitag um 16:02 oder um 17:02 vom Bahnhof in Gersfeld abgeholt
werden möchte schreibt gerne eine E-Mail oder SMS an Benedikt.

Der Zug HLB RB52 fährt stündlich von Fulda nach Gersfeld und braucht 40
Minuten. Abfahrt Fulda: 15:20, 16:20,...Ankunft Gersfeld 16:02, 17:02,...

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr!

Kontakt und Anmeldung:
Benedikt Lux
E-Mail: benelux@online.de
Mobil: 015786601553

