

Berufsbegleitende Fortbildung

Internationale *Folkloretänze*

in Sonnerden (Rhön) bei Fulda, November 2026 bis Mai 2027

Tanz befreit, wirkt gesundend auf Körper, Seele und Geist und verbindet Menschen verschiedenster Alter und Kulturen. In allen Menschen steckt die Lust, sich zu bewegen und zu tanzen. Dieses Feuer zu entfachen ist eine Kunst: Dazu gehören Wissen über Tanztechnik und Vermittlung, vor allem aber Begeisterung.

Ziel der Fortbildung

Ein großes Repertoire an Volkstänzen aus aller Welt, Schwerpunkt Europa, und ein Gefühl für die Tanzstile der verschiedenen Kulturen.

Tänze kompetent, vielseitig und begeisternd weitergeben, an Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Tänze und Bewegung selbst gestalten, Lieder, Rhythmen und Spiele kennenlernen.



110 Unterrichtsstunden | 7 Wochenenden | Teilnahmebescheinigung

Wo	Sonnerden, Bodenhof 115, 36129 Gersfeld (Rhön)
Kursleitung	Benedikt Lux, Theater-, Musik- und Sportpädagoge, seit 35 Jahren mit Volkstänzen aus aller Welt unterwegs
Voraussetzung	Freude an Bewegung, Lust auf Neues mit anderen Menschen und Neugier auf einen schöpferischen Prozess

Anmeldung bei Benedikt Lux · 0157 86601553 · benelux@online.de





Inhalte

Im Mittelpunkt stehen traditionelle und moderne Kreistänze und die Frage, wie man die eigene Begeisterung weitergibt. Dazu kommen Grundübungen in Tanz- und Körpertraining, Improvisation, Spiel und Bewegung, Zirkus, Akrobatik und Jonglage, Kontaktimprovisation, Schauspiel, Sprachgestaltung, Singen, Rhythmik, Bodypercussion, Präsenz, Choreografie und kreativem Gestalten zum Thema Mensch und Natur.

Termine

2026: 20. bis 22. November, 11. bis 13. Dezember
2027: 15. bis 17. Januar, 12. bis 14. Februar, 12. bis 14. März, 23. bis 25. April, 27. bis 30. Mai

Zeiten

Freitag 19 bis 21:30 Uhr
Samstag 9:30 bis 13 Uhr und 15:30 bis 21:30 Uhr
Sonntag 9:30 bis 13:30 Uhr

Ort

Sonnerden ist ein neues Zukunftsdorf mitten in der Rhön, auf dem Gelände der früheren Gymnastikausbildung Schwarzerden. Es gibt eine Bewegungshalle, einen Koch- und Speisesaal und verschiedene Übernachtungsmöglichkeiten.

Verpflegung und Übernachtung

Selbstverpflegung mit gemeinsam gekochten warmen Mahlzeiten, Essenskosten 30 € pro Wochenende. Übernachtung pro Wochenende: Einzelzimmer 60 €, Doppelzimmer 50 €, Matratzenlager 30 €, Zelt oder Camper 30 €. Bitte 4 Wochen vorher per E-Mail bei Benedikt buchen.

180 €
je Wochenende, ermäßigt 160 €

Ermäßigt für Schüler, Studenten und Nichtverdiener. Ein verpasstes Wochenende kostet 40 € oder wird im nächsten Durchlauf nachgeholt. Kurs, Essen und Übernachtung bitte jeweils in bar vor Ort bezahlen.

Anmeldung

Verbindlich schriftlich mit dem Abschnitt auf der letzten Seite oder per E-Mail. Die Anmeldefrist war der 15. Oktober 2026; freie Plätze gibt es auf Anfrage.

Nach erfolgreichem Abschluss gibt es eine Teilnahmebescheinigung mit allen Inhalten. Es gelten die Teilnahmebedingungen auf benediktlux.de.

Benedikt Lux
Tänze aus aller Welt

Freie Plätze auf Anfrage

So geht die Anmeldung



Online

QR-Code scannen oder **benediktlux.de/#anmelden-fortbildung-sonnerden-2026** aufrufen.

Mit diesem Abschnitt

Per Post an Benedikt Lux, Kurhausstraße 2, 34131 Kassel, oder per E-Mail an benelux@online.de.

Schick mir dein PDF

Hiermit melde ich mich verbindlich für die Fortbildung Internationale Folkloretänze 2026/2027 in Sonnerden mit Benedikt Lux an.

Name _____ Telefon _____

Straße _____ E-Mail _____

PLZ und Ort _____ Geburtsdatum _____

☐ Ich möchte ermäßigt teilnehmen (Schüler, Studenten, Nichtverdiener).

☐ Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiere sie mit meiner Unterschrift.

Bemerkungen und Fragen _____

Datum _____ Unterschrift _____