

Nov. 2026 – Dreiteiliger Intensivworkshop

Neuroplastische Prinzipien in der interdisziplinären Bewegungspraxis

Leitung: Vincent Wodrich

Tänzer, Choreograf und Rehearsal Director

(ehem. Theater Regensburg, ab Spielzeit 26/27 Theater Görlitz, Bay. Kunstförderpreis 25)

Inhalt:

Bewegung ist weit mehr als Technik – sie ist ein lebenslanger Lernprozess. Aktuelle Erkenntnisse der Neurowissenschaften zeigen, dass unser Gehirn durch gezielte Erfahrungen lebenslang anpassungsfähig bleibt. Diese Neuroplastizität bildet die Grundlage für motorisches Lernen, Kreativität und Gesundheit.

Durch Mobilisation, kreative Bewegungsaufgaben sowie Solo-, Partner- und Gruppenarbeit erforschst du neue Bewegungsstrategien, stärkst deine Körperwahrnehmung und entwickelst kreative Lösungsansätze. Wissenschaftliche Inhalte werden verständlich vermittelt und unmittelbar in der Praxis erfahrbar gemacht.

Ziele:

- Neuroplastische Prinzipien des Bewegungslernens verstehen und praktisch anwenden
- Körperwahrnehmung und Bewegungsqualität verbessern
- Kreativität und Improvisationsfähigkeit fördern
- Funktionelle Bewegungsprinzipien kennenlernen
- Impulse für Tanz, Vermittlung, Soziale Arbeit und Gesundheitsförderung entwickeln

Drei aufeinander aufbauende Blöcke:

Freitag, 27.11.2026, 17:30–20:30 Uhr

Samstag, 28.11.2026, 10:00–13:00 Uhr und 16:00–19:00 Uhr

Ort:

OTH Regensburg, S 036, Seybothstr. 2

Max. Teilnehmendenzahl: 18 Personen

Anmeldung per E-Mail: sekretariat-s@oth-regensburg.de