



# Dansvlinders®

## Nieuwsbrief

### Mei/Juni 2023



In deze nieuwsbrief vind je de volgende onderwerpen:

1. **Volgende week tijdens de Avond4daagse GEEN lessen!**
2. **Info m.b.t. de wekelijkse lessen**
3. **Trainingsweekend Dansvlinders Methodiek 17 en 18 juni in Zwartsluis!**

#### 1. Tijdens de Avond4 daagse volgende week zijn er GEEN lessen!

Aangezien de meeste dansers mee lopen met de Avond4daagse.

Ik wens jullie allemaal heel veel wandelplezier en zie iedereen graag op dinsdag 13 (Flower Power groep) en op woensdag 14 ( Kids Special, BMB Young, BMB volw).

#### 2. De wekelijkse lessen bestaan momenteel uit 4 groepen.

- **Flower Power** op dinsdag. Deze toppers ( leeftijd 19 t/m 30+) werken aan hun doelen d.m.v. dans en coaching. We werken aan onderwerpen zoals 'zelfvertrouwen', 'durf', 'angsten overwinnen', 'loslaten', 'samenwerken', 'blij zijn met jezelf', 'grenzen', etc...
- In deze lessen werk ik met ademhalingsoefeningen, yoga, dans, coaching en spelvormen.
- Er is ruimte voor mooie gesprekken en ook creativiteit.
- De meiden zijn momenteel bezig met hun eigen moodboards te maken. Na de avond4daagse gaan we hiermee verder. Tussendoor oefenen we leuke choreo's die ze met Kopje Cultuur ( 9 september) zullen laten zien.
- Er is ruimte in dit groepje voor nieuwe leden.



- **Kids Special**
- Dit groepje lieve kinderen (leeftijd vanaf 4 t/m plm 9 jaar) danst wekelijks op woensdagmiddag.
- Deze Kids Special is een mix van kinderen met of zonder een beperking.
- Het is fantastisch om te zien hoe de kinderen groeien in hun ontwikkeling en de feedback van de ouders te horen. Dingen als : *'... stap nu de wereld in en maakt contact' / 'Er is meer dan alleen maar het cognitieve stuk waar het tegenwoordig allemaal om lijkt te draaien. Wij zijn enorme bofkonten dat jij dit doet'*
- dit soort reacties maken mij wel heel blij, vooral omdat mensen zien dat Dansvlinders meer is dan 'alleen maar dansen'
- En de mix van de kinderen (ook bij volw overigens) ben ik van overtuigd dat dit een WIN-WIN situatie is voor iedereen!
- We dansen wekelijks op thema's die vaak aansluiten bij de seizoenen.
- De lessen worden aangeboden vanuit de Dansvlinders Methodiek (\*)
- Ook hier is plek voor nieuwe kindjes.
  
- **BMB volw en young ones:**
- Deze groepen dansen wekelijks op woensdagen en hier zijn we ook druk met oefenen voor Kopje Cultuur.
- Daarnaast is ook hier het sociale samenzijn en ruimte voor hoe het met een ieder gaat, erg belangrijk.
- De groep volwassenen zit VOL
- Bij de Young ones ( 17.30-18.30 uur) is weer plek voor plm 3 mensen.

### 3. Trainingen en inspiratiedagen Dansvlinders Methodiek!

Afgelopen 15 jaren heb ik heel veel lesmateriaal ontwikkeld en een eigen methodiek met de kleurenklok als uitgangspunt, heb ik de lessen opgebouwd vanuit die 6 pijlers.



***In het weekend van 17 en 18 juni is er een Basistraining Dansvlinders in Zwartsluis.***

Hier komen de volgende onderwerpen aan bod:

- Het ontstaan van Dansvlinders
- De werkwijze
- Het belang van vrije expressie
- Welke materialen te gebruiken
- Welke thema's
- Wat is de basis van iedere les
- Spelend leren en ontwikkelen.

**Deze training is geschikt en bedoelt voor professionals in de zorg en het (speciale) onderwijs, kinderopvang en dansdocenten. Deze dagen zijn geheel verzorgd met een overheerlijke lunch, thee, koffie en versnaperingen.**

**Aanmelding uiterlijk 9 juni ! Verdere inhoud en kosten training staan op mijn website [www.dansvlinders.nl](http://www.dansvlinders.nl)**

**Ook starten er vanaf september *Inspiratiedagen 'Toepassen Dansvlinders methodiek'*. Dit is tevens mogelijk op eigen locatie. Vragen voor meer info kunnen via [info@dansvlinders.nl](mailto:info@dansvlinders.nl).**

Ik hoop dat jullie het met plezier gelezen hebben en mochten er vragen over zijn, trek me maar aan mn mouw 😊

Graag weer tot dan(s) !      Lieve groet, *Roelien*

