

● Anreise mit der Bahn

Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Iffeldorf oder Penzberg – oder möglicherweise auch direkt von München Richtung Kochel nach Iffeldorf oder Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern:

Taxi Zanker: +49-8856-2270 oder +49-172-8307339

Taxi Murat: +49-8856-8690576 oder +49-176-31756445

● Anreise mit dem Auto

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Unter-aurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wald und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.



Stand: 30.11.2022

- **ZIST ist** ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie in herrlicher Alleinlage im bayerischen Voralpenland und Heimat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.
- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.
- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail **info@zist.de**
Telefon **+49-8856-93690**
Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 15.30 Uhr

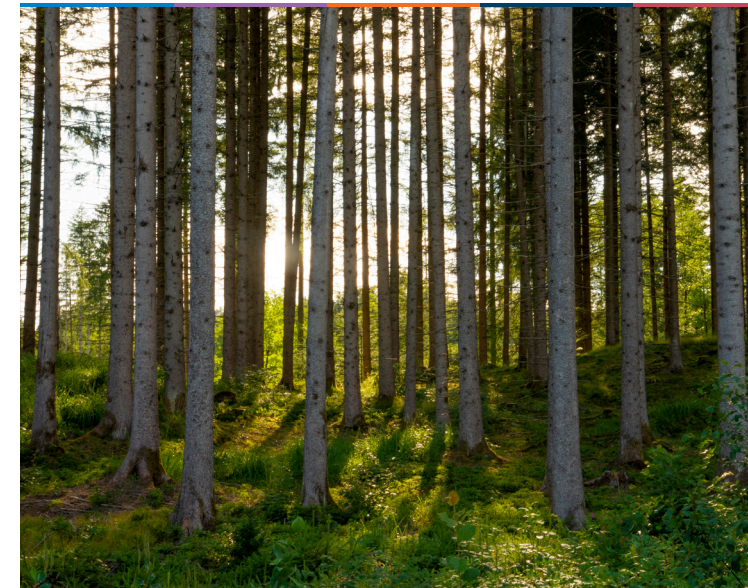
www.zist.de | www.zist-akademie.de | Facebook



Masako Ohta

KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

Eine spielerische Entdeckung von Klang, Bewegung und Stille



SELBSTERFAHRUNG

JUNI 2023

KLAVIERSPÜREN, KALLIGRAFIE UND TAI CHI

● TERMIN & PREIS

Fr., 23.6., 18.30 h –
So., 25.6.23, 14.00 h

Kursgebühr 240 €
zuzüglich Vollpension
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 230634

● KURSBESCHREIBUNG

Masako Ohtas Idee für das Klavierspüren – ein ganzheitliches Klavierspiel – gründet auf der Einsicht, dass Klavierspiel mehr sein kann als Begabung, Technik und Fleiß. Als Klavierlehrerin benutzt sie des Öfteren einen japanischen Kalligraphiepinsel, um einen Ton zu beschreiben, oder sie zeigt eine Tai Chi Übung dazu.

In einer dieser Situationen entstand die Idee zu diesem Workshop, in dem auch Anfänger willkommen sind, denn es geht um's *Spüren*, um's *Entfalten*.

Wir alle haben in unserem Innen und Außen wunderschöne Flügel. Lassen wir unsere Flügel sich behutsam öffnen und unsere Entfaltungen spielen, malen und spüren. Spread your wings!

Tai chi, japanische Kalligrafie, Wahrnehmungsübungen und Haikus helfen bei der Zentrierung von Körper und Geist und führen in die Stille. Sie wecken unsere musikalischen Fähigkeiten von einer ganz neuen Seite her.

● BIOGRAFIE



Masako Ohta stammt aus Tokio, Japan. Die Pianistin, Komponistin, Performerin und Dipl.-Klavierpädagogin ist in den Bereichen Klassische und Neue Musik, Improvisation, Film- und Theatermusik tätig. Sie unterrichtet Klavier und Kammermusik. Masako Ohta beschäftigt sich intensiv mit Poesie, Klang und Musik aus Japan und Europa sowie anderen Kulturkreisen und kreiert interkulturelle und interdisziplinäre Projekte und Konzerte. Sie ist Preisträgerin zahlreicher Musik- und Kulturpreise. Masako Ohtas Arbeit ist in Rundfunkproduktionen und auf CDs dokumentiert. "Masako Ohta ist eine Poetin des Klaviers." Münchner Feuilleton.

www.masako-ohta.de

● Hinweis

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass eine finanzielle Unterstützung für Workshops zur Selbsterfahrung durch den ZIST Förderverein e. V. möglich ist. Bei Interesse schreiben Sie uns an: verein@zist.de