

**Rio Abierto DACHS - Rio Abierto Italia - gemeinsam - insieme 08.-14.07.2024**

**1 ,Lebendige Präsenz' - für aktive TrainerInnen**

Zeiten: Mo, 08. Juli: 16.00 – 20.00 Uhr  
Di, 09. Juli: 09.00 – 12.30 Uhr // 15.00 – 19.00 Uhr  
Mi, 10. Juli: 09.00 – 12.30 Uhr // 15.00 – 19.00 Uhr

Ort: Cusanus Akademie, Brixen, Südtirol  
Anmeldung: Cusanus Akademie: [info@cusanus.bz.it](mailto:info@cusanus.bz.it) oder Tel: +39 0472 832204

Titel: **Die Arbeit an sich selbst - als Basis für die Arbeit mit Menschen**  
Leitung: Viviana Britos

Inhalt: Erst wenn ich mit meinem innersten Kern in Verbindung komme und an Erde und Himmel angebunden bin, finde ich Frieden. Dieser Zustand ähnelt dem Auge des Hurrikans, in dem absolute Ruhe herrscht, obwohl das Äußere wirbelt. Unsere Reaktionsmuster verleiten uns immer wieder zum Mitwirbeln. Die Arbeit an sich selbst hilft, immer wieder die Tür zum Innersten zu finden.

Mit Hilfe von Bewegung und Meditation, unterfüttert mit der nötigen Theorie, werden in zahlreichen Übungen neue Handlungs- und Herzensspielräume eröffnet durch Selbstbeobachten, Selbstvergessen, Selbsterinnern. Wir gehen heraus aus den Komfortzonen, hinein in unsere Lernzonen und öffnen innere Räume für das Neue. Die Selbstreflexion und die Reflexion in der Gruppe vernetzen das Erlebte auf allen Ebenen.

Kosten: 220,00€ - 190,00€ Vereinsmitglieder - 110,00€ Teilnehmende aus Südamerika  
TN-Zahl: maximal 40 TN

**Zielgruppe: Aktive TrainerInnen**

**Rio Abierto DACHS - Rio Abierto Italia - gemeinsam - insieme 08.-14.07.2024**

## **2 ‚Von der mechanischen Persönlichkeit zum lebendigen Sein‘ - für TrainerInnen in Ausbildung**

**Zeiten:** Do, 11. Juli: 09.00 – 12.30 Uhr // 15.00 – 19.00 Uhr  
Fr, 12. Juli: 09.00 – 12.30 Uhr

**Ort:** Cusanus Akademie, Brixen, Südtirol  
**Anmeldung:** Cusanus Akademie: [info@cusanus.bz.it](mailto:info@cusanus.bz.it) oder Tel: +39 0472 832204

**Titel:** **Von der mechanischen Persönlichkeit zum lebendigen Sein**  
**Leitung:** Viviana Britos

**Inhalt:** Unsere antrainierten Muster und Reaktionen führen zu mechanischen Bewegungen und vorhersehbaren Handlungen. Je präsenter ich bin, desto freier und spontaner kann ich sein. In diesem Workshop geht es darum, sich bewusst zu werden über unbewusste Reaktions- und Bewegungs-, Beziehungs- und Handlungsmuster - mit Musik als Grundlage und Begleiterin für diesen Weg. Mit dem Ziel präsenter und wacher zu werden.

Substantiell statt zerstreut, flexibel statt rigide, kreativ und klar im Geist: so nährt eine Rio Abierto Stunde TeilnehmerInnen wie TrainerIn.

**Kosten:** 110,00€  
**Zielgruppe:** **TrainerInnen in Ausbildung Rio 4 und 5**

**Rio Abierto DACHS - Rio Abierto Italia - gemeinsam - insieme 08.-14.07.2024**

**3 Rio Abierto Fachtagung - für TrainerInnen**

Zeiten: Do, 11. Juli: 15.00 – 19.00 Uhr  
Fr, 12. Juli: 09.00 – 12.30 Uhr

Ort: Cusanus Akademie, Brixen, Südtirol  
Anmeldung: Cusanus Akademie: [info@cusanus.bz.it](mailto:info@cusanus.bz.it) oder Tel: +39 0472 832204

**Titel: Rio Abierto Fachtagung**

Inhalt: Rio Abierto heute - Arbeitsgruppen mit verschiedenen TrainerInnen aus dem In- und Ausland. Welches ist der leuchtende Kern, der in die Zukunft führt? Wie gestaltet sich ein lebendiges Netzwerk weltweit?

Kosten: 60,00€

**Zielgruppe: für alle Rio Abierto TrainerInnen**

## Rio Abierto DACHS - Rio Abierto Italia - gemeinsam - insieme 08.-14.07.2024

### 4 Rio Abierto Festival - für alle

Zeiten: Fr, 12. Juli: 17.00 – 20.00 Uhr  
Sa, 13. Juli: 09.00 – 13.30 Uhr // 15.30 – 18.30 Uhr // 20.00 Uhr Buffet und Livemusik  
So, 14. Juli: 09.00 – 13.00 Uhr // Abschlussbuffet

Ort: Cusanus Akademie, Brixen, Südtirol  
Anmeldung: Cusanus Akademie: [info@cusanus.bz.it](mailto:info@cusanus.bz.it) oder Tel: +39 0472 832204

**Titel: Rio Abierto Festival**  
**„Lebendig und kreativ – heute? Bewegung – Begegnung – Bewusstsein“**

Inhalt: Während KI dabei ist, den Menschen in vielen Bereichen des Lebens zu überholen, stellen wir uns die Frage, wie wir mit dieser Entwicklung umgehen und dabei 'lebendig und kreativ' sein können. Wir als Individuen und wir als Menschheit.

Als Suche nach den Möglichkeiten, Mensch zu sein, hat sich diese dynamische Methode in den 60er Jahren in Argentinien von und mit Maria Adela Palcos lic. experimentell entwickelt. Von dort fand Rio Abierto den Weg in viele Länder der Welt.

Raus aus dem Kopf und rein in den Körper: Das Nach-Hause-Kommen in den Körper bei Rio Abierto wird erreicht durch Bewegung, Wahrnehmung, Berührung und Meditation. Kern der Arbeit ist die Musik, die mal wild, mal ruhig, mal innig, mal lustig sein kann.

Ziel ist, auf physischer, seelischer und mentaler Ebene wieder in den Flow zu kommen, das eigene Ich zu weiten um zu einem Du und letztlich zum großen Ganzen zu finden. „Rio Abierto ist eine Einladung an ein erfüllteres Leben“ (M.A. Palcos).

Die Workshops sind offen für alle Neugierigen, sind eine Einladung an all jene, die Lust auf „mehr“ haben: mehr Vitalität, mehr Ruhe, mehr Gefühle, mehr Klarheit ...

Kosten: 220,00€ - 190,00€ Vereinsmitglieder - 110,00€ Teilnehmende aus Südamerika

**Zielgruppe:** für alle Interessierten, Menschen aus Gesundheits- und Sozialberufen, PädagogInnen, PsychologInnen, LeiterInnen von Selbsthilfegruppen etc. und Rio Abierto TrainerInnen