

# Presseball - Sonia Rastelli

...hat zwar einen sehr italienisch klingenden Namen, kommt aber ursprünglich aus Marokko - dort wurde sie 1962 in der Stadt Rabat geboren. Aufgewachsen ist sie in Deutschland.  
Heute arbeitet sie als Sozialpsychologin und Tanz - und Theaterpädagogin für kreativen Ausdruckstanz und Kunstvermittlung.

Neue Presse Hannover vom 03.06.2008



Sonia Rastelli zeigt,  
dass Tanzen  
glücklich macht....

HAZ vom 12.01.2010

## **Unbeschwert tanzen ganz ohne Zwang**

Ohne Leistungsdruck, Altersbeschränkung oder Vorkenntnisse können die Teilnehmer sich im freien Tanz unbeschwert fühlen und ihrer Fantasie freien Lauf lassen.

Hannoversche Allgemeine vom 12.01.2010

## **Sonia Rastelli im Interview beim rbb - Kulturradio vom 28.04.2005:**

### ***Wie ist das mit Ihrer Begeisterung für den Tanz? Wie entstand die bei Ihnen?***

Seit meinen ersten Tanzerfahrungen bei einer ehemaligen Ballettmeisterin der Pariser Oper bin ich immer beim Tanz geblieben. Von Ballett über Jazz Dance bis Volkstanz habe ich mich seitdem mit vielen Tanzrichtungen befasst.  
Mit der Dansexpressie habe ich dann eine Tanzpädagogik kennen gelernt, bei der man sich ganzheitlich und entsprechend seinen Fähigkeiten und Interessen entfalten kann.

Die Dansexpressie ist eine Grundlagenpädagogik aus den Niederlanden, die in Amsterdam an der Hochschule für Künste unterrichtet wird.

Ich habe dann diese Ausbildung gemacht und bin bis heute von dieser Tanzform begeistert, weil sie sich so vielfältig in den unterschiedlichsten Bereichen einsetzen lässt.

Forts. s. 2. Seite

20.00 Nachrichten am 27.12.1988 im marokkanischen Fernsehen /  
Gastdozentur für Theaterpädagogik in Marokko  
BKJ u. Bundesministerium f. Jugend, Familie, Frauen u. Gesundheit

Eigene Fernsehsendung in Marokko zum Thema Tanz, in  
Zusammenarbeit mit der Hochschule für Musik und Theater, Rabat / 10.01.1990



So wie Kunst durch Bewegung entsteht, lässt sich auch Kunst mittels Bewegung erfahren.

Das ist das Motto der Künstlerin Sonia Rastelli und bietet die Grundlage für ihr Konzept von Kreativität und neuen Bewegungsmöglichkeiten.

Der Lindenspiegel - Stadtteilzeitung von Hannover/November 2008

***Kann denn wirklich jeder Mensch tanzen? Das ist ja wahrscheinlich wie beim Singen, dass manche sagen, sie können es nicht.***

Viele Menschen sagen mir, dass sie nicht tanzen können.

Dabei ist es mit dieser Art von Tanz und der entsprechenden Anleitung ganz einfach.

Stellen Sie sich beispielsweise vor, Sie sind leicht wie eine Feder oder bewegen sich wie ein Grashalm im Wind. Und schon bewegen Sie sich auch so und tanzen. Ganz ohne Übungsstress und ohne Schrittkombinationen.

***Was kann man gewinnen, wenn man tanzt? Wie verändert einen das?***

Ich fühle mich viel leichter und beweglicher und entdecke ein neues Körpergefühl. Und - ich gewinne neue Ausdrucks- und Kommunikationsmöglichkeiten. Das kann mir helfen im Umgang mit anderen Menschen.

***Man kann also über den Tanz eine ganze Menge über sich selbst erfahren?***

Das stimmt. Ich lerne sehr viel über mich selbst und entdecke neue Seiten.

**Sonia Rastelli im Interview beim rbb - Kulturradio vom 28.04.2005**

Den einen macht es mutig, den anderen einen Abend lang schlicht lustig...

Hannoversche Allgemeine v. 4.10.1990

[www.dansexpressie.de](http://www.dansexpressie.de)



[www.dance-art-architecture.com](http://www.dance-art-architecture.com)