

# Körper-Clown- Selbsterfahrung

Jojo

Bruno Zühlke

02. bis 06.09.2026





# Körper - Clown - Selbsterfahrung

## ALLGEMEINES

Der Clown ist ein körperlicher Spieler. Mit seinem Körper, mit seiner Mimik und seiner Gestik zeigt er uns ungeschminkt, direkt und naiv seine Gefühle. In diesem Sinne ist der Clown ein Türöffner zu unserem inneren Kind. Wir wollen in diesem Kurs zum einen mit Clownübungen einen direkten Zugang zu diesem inneren Kind finden. Der Zugang schafft uns Raum, unsere menschlichen Schwächen und Verletzlichkeiten ohne Scham zu zeigen. Das clowneske Spiel verwandelt das Scheitern, unser Gefühl der Verlegenheit und Scham, in humorvolle Ereignisse. Damit wird unser Humor gestärkt, die Fähigkeit über uns selbst zu lachen.

Ergänzend und vertiefend zu den Clownübungen wollen wir mit der Methode strukturierter Körperübungen aus der Pesso Boyden System Psychomotor (PBSP) arbeiten. Diese Körperübungen verschaffen uns Zugang zu Erinnerungen, Impulsen und Emotionen, die in unserem Körper gespeichert sind. Die Übungen sind ein Mittel, unsere körperlichen Aktionen und Reaktionen alleine, in Paaren oder in der Gruppe besser kennen zu lernen und zu verstehen. In diesem Sinne ermöglichen die Übungen Selbsterfahrungsprozesse und können punktuell einen direkten therapeutischen Effekt haben. Mehr Informationen über die Pesso-Methode: <https://pesso-therapie.de/methode.html>

## ZIELGRUPPE

Zielgruppe sind Menschen, die Interesse an der Verbindung von Clownerie und Körperübungen /Selbsterfahrung haben. Wir wollen gemeinsam die Wirkungsweisen der Theater- und Körperübungen erforschen und so zu einem bewußteren Erleben dieser kommen. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

**DATUM:** 02. bis 06. September 2026

# Körper - Clown - Selbsterfahrung

**KURSZEITEN:** MI 17:00 - 20:00, DO-SA 9:30 - 12:30 und 14:30 - 17:30, SO 9:30 - 12:30

## RÄUMLICHKEITEN

Die Weiterbildung findet in Räumlichkeiten der Waldorfschule Freiburg - Wiehre statt. Dort steht uns ein größerer Bewegungsraum zur Verfügung. Adresse: Waldorfschule 79100 Freiburg, Schwimmbadstr. 29, Haltestelle Reiterstraße Tramlinie 4

**KURSGEBÜHR:** Euro 550,-€ , ermäßigt 500.-€  
Ermäßigung für Studenten, Arbeitslose etc. mit Nachweis

**ANMELDUNG:** Online über [www.jojo-zentrum.de](http://www.jojo-zentrum.de)

**KURSPLÄTZE** Diese Fortbildung ist für eine Anzahl von 7 - 12 TN ausgelegt.

## KURSLEITUNG

### Bruno Zühlke

Dipl.Sozialpädagoge/FH, Bruno ist anerkannter Theaterpädagoge (BUT), Zirkuspädagoge (BAG) und künstlerischer Therapeut (Dramatherapie). Seit 2023 Pessio-Therapeut (PBSP) - Ausbildung in Basel. Langjährige Erfahrung in Gestalttherapie. Bruno stand 30 Jahre als Clown auf der Bühne und arbeitet zwischenzeitlich als Regisseur und Theaterlehrer. Lehraufträge für Clownerie und Regie u.a. Codarts Rotterdam, Kunsthochschule Nürtingen.

In den vergangenen Jahren hat er sein Angebot um den Themenbereich Clownerie/Selbsterfahrung/Therapie gezielt erweitert..

Es ist vorgesehen, dass der Kurs von einer Assistenz begleitet wird





## ANMELDUNG

Nach Eingang der Anmeldung über unsere Homepage ([www.jojo-zentrum.de/buchung](http://www.jojo-zentrum.de/buchung)) erhalten die TN eine Bestätigung. Die Anmeldung wird mit dem Zahlungseingang verbindlich.

Jojo-Zentrum BIC:DEUTDEDBFRE IBAN: DE 83 6807 0024 0275 0172 00

## KONTAKT UND BEI FRAGEN



Jojo-Zentrum  
Kapellenweg 1  
D-79261 Oberspitzzenbach  
Telefon: 07682 / 909601  
[b.zuehlke@jojo-zentrum.de](mailto:b.zuehlke@jojo-zentrum.de)  
[www.jojo-zentrum.de](http://www.jojo-zentrum.de)