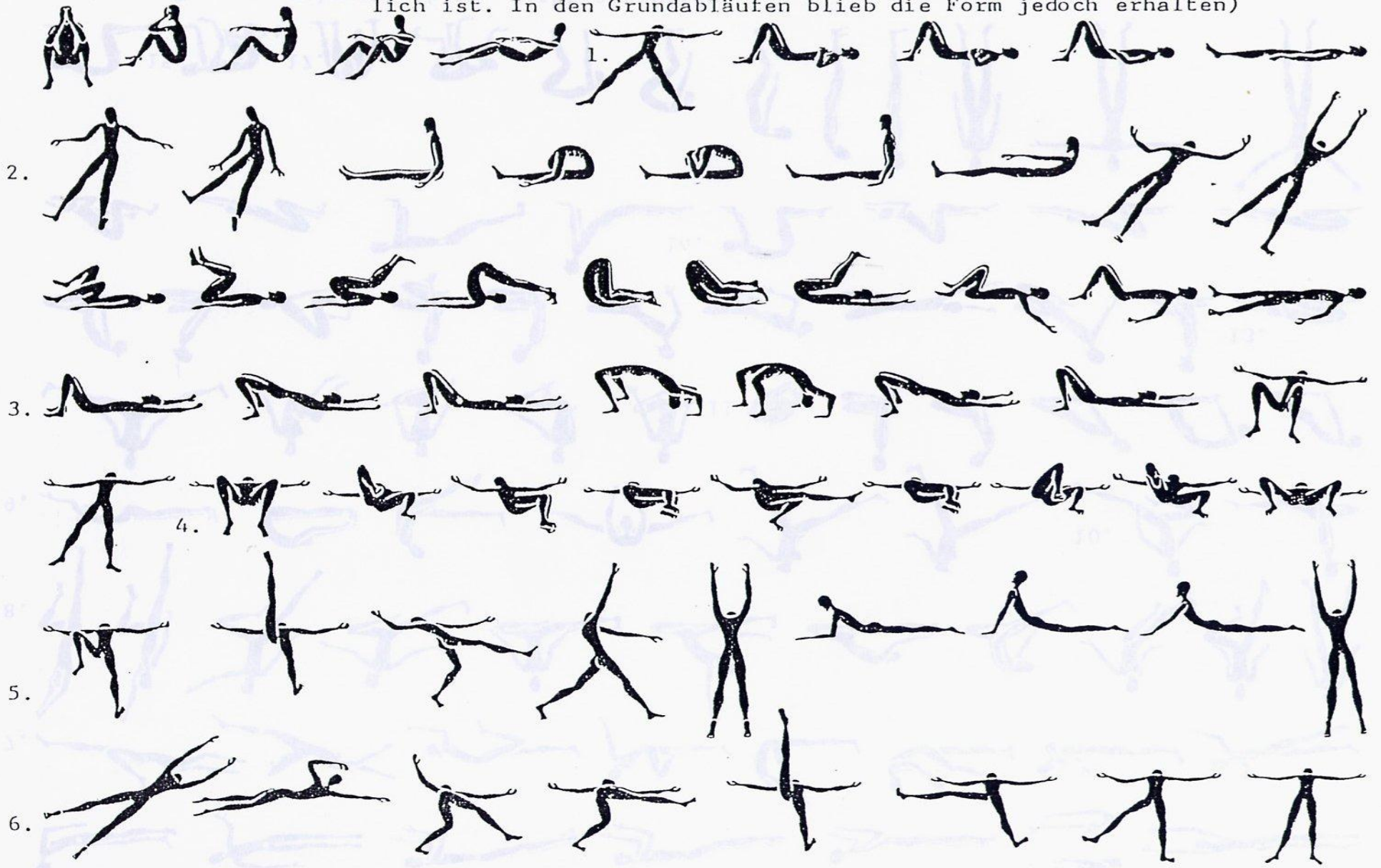


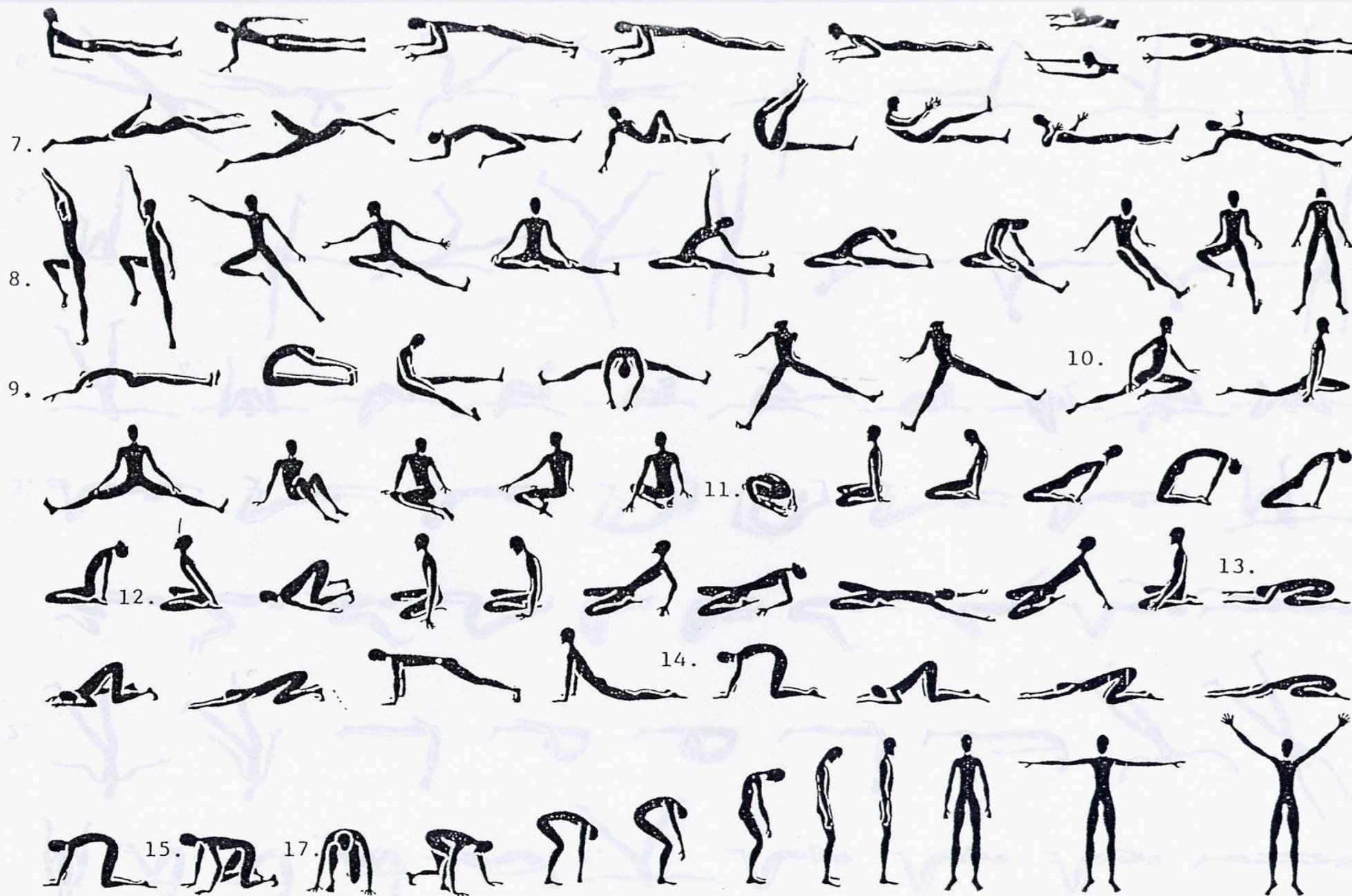
Movement Ritual Form (nach Anna Halprin USA)

von Petra Eischeid (Movement Ritual™ Instructor)

1. BM	= Breath Meditation	= Atemmeditation
2. FF/BF	= Forward/Backward Flexion	= Vorwärts-/Rückwärtsbeugung
3. PT/Hyper	= Pelvis Tilt/Hyper Extention	= Kippen des Beckens/ Brücke oder Intensivdehnung
4. Rot	= Rotation	= Rotation
5. S1	= Spiral 1	= Spirale 1
6. S2	= Spiral 2	= Spirale 2
7. S3	= Spiral 3	= Spirale 3
8. LF	= Lateral Flexion	= Lateral Beugung/Seitenbeugung
9. SP	= Sternum Present	= Brustbeinzeigen
10. Mast	= Masthead	= Mastspitze/Galeonsfigur
11. B/PP	= Baby/Pelvis Present	= Baby/Beckenzeigen
12. H/L	= Heart/Layback	= Herz/Zurücklegen
13. Ho	= Ho	= Ho
14. C+C/D+C	= Cat + Cow/Dog	= Katze + Kuh/Hund
15. AF	= Animal Farm	= Bauernhof
16. C+C Ext/D Ext	= Cat + Cow/Dog Extention	= Katzen- + Kuh/Hund-Ausbreitung
17. SU	= Stand Up	= Sich Aufrichten/Aufstehen

Movement Ritual-Form: (einzelne Elemente wurden verändert, was aus diesen Abbildungen nicht ersichtlich ist. In den Grundabläufen blieb die Form jedoch erhalten)





Anmerkung: Bewegungselement 16 ist nicht abgebildet.
 (aus: Anna Halprin: Bewegungsrитуale, Verlag Sphinx, 1987)