

# Drehen am Tor zu den Alpen

Wochenend-Workshop | Innsbruck | Österreich

4.–5. Juli 2026 | Samstag–Sonntag

Innsbruck trägt den Namen der Brücke über den Inn. Seit Jahrhunderten ist die Stadt ein Ort des Übergangs und des Zusammenkommens – eine natürliche Schwelle zwischen Norden und Süden. Dieses zweitägige Treffen bringt dieselbe Idee in den Körper: im äußeren Fluss eine innere Brücke zu bauen – zwischen Tempo und Ruhe, Kraft und Weichheit, Richtung und Zentrum.

Nach dem ersten Innsbruck-Treffen im Juni 2022 haben einige Menschen aus dieser Stadt das Drehen in ihr Leben aufgenommen und ihren Weg durch regelmäßige Praxis weiterentwickelt. Nun, auf erneute Einladung aus derselben Region, treffen wir uns im Juli wieder in Innsbruck.

## Was ist Drehen (Whirling)?

Drehen ist in seiner einfachsten Form eine Bewegung des Körpers um eine Achse – doch die Praxis ist nicht nur „sich drehen“. Sie schult, die Aufmerksamkeit zu sammeln, den Atem im Fluss zu halten und das Gewicht bewusst zum Boden zu bringen. Auf den ersten Blick wirkt es wie Tempo; im Kern geht es jedoch nicht um Geschwindigkeit, sondern darum, auch in der Bewegung im eigenen Zentrum zu bleiben. So wird Drehen zu einer Praxis, die den Körper ordnet, Emotionen klärt und das Bewusstsein im Alltag stärkt.

## Wie arbeitet dieser Workshop?

Der Workshop ist so aufgebaut, dass auch neue Teilnehmende Schritt für Schritt einsteigen können. Zuerst wird eine sichere körperliche Ordnung aufgebaut: Haltung, Gewichtsverlagerung, das Reduzieren unnötiger Belastung in den Gelenken, Länge entlang der Wirbelsäule und ein ruhiger, tragfähiger Atem. Danach werden mit kleinen, kontrollierten Drehbewegungen Richtung, Fokus und Rhythmus erarbeitet. Beschleunigen und Abbremsen werden graduell vermittelt; das Ziel ist nicht, in kurzer Zeit „perfekt“ zu sein, sondern eine Grundlage zu entwickeln, die jede Person in ihrem eigenen Tempo nachhaltig weiterführen kann. Über zwei Tage hinweg wechseln sich Praxisblöcke, Pausen und gezielte Regeneration ausgewogen ab.

## Der Dervish in Progress Ansatz

Dervish in Progress betrachtet Drehen nicht als Bühnentrick oder als reine Form, sondern als eine Lernsprache, die im heutigen Leben anwendbar ist. Im Zentrum steht Nachhaltigkeit: unnötige Spannung reduzieren, die natürliche Ausrichtung des Körpers schützen, den Atem erweitern und Energie effizient nutzen. Die Praxis bietet einen klaren Rahmen: ein Gewicht, das am Boden ankommt, ein offener Brustkorb, ein freier Nacken, ein lebendiger Fokus und die Fähigkeit, Entscheidungen im Moment zu treffen. Die Methode lässt sich von der historischen Erinnerung des Drehens inspirieren, ohne Menschen in eine bestimmte Identität zu pressen – sie öffnet Raum, die Erfahrung im eigenen Körper und im eigenen Leben zu verstehen. So entsteht für jedes Level ein Umfeld, das zugleich verständlich ist und echte Vertiefung ermöglicht.

## Wer ist Ziya Azazi?

Ziya Azazi ist Performance-Künstler und Lehrender, der Drehen als zeitgenössische Bühnensprache und als Praxis der Wahrnehmung erforscht. Über viele Jahre hat er in unterschiedlichen Ländern mit Aufführungen, Workshops und Ausbildungsformaten sein Wissen weitergegeben – aus dieser Erfahrung heraus entwickelte er den Dervish in Progress Ansatz. Heute zielt diese Arbeit darauf ab, Drehen als ein

sicheres, praktikables und nachhaltiges Werkzeug in das Leben von Menschen zu bringen. Das zweitägige Innsbruck-Treffen ist Teil dieser Reise: eine offene Tür für Einsteiger:innen und ein Vertiefungsraum für alle, die bereits praktizieren und ihre Praxis verfeinern möchten.

## **Programm**

Insgesamt: 12 Stunden

Samstag, 4. Juli 2026: 11:00–17:00

Sonntag, 5. Juli 2026: 10:00–16:00

## **Lokation**

### **USI - Innsbruck**

Fürstenweg 185

6020, Innsbrucks/AT

(Halle Nr: 50)

## **Teilnahmebeitrag**

Standard: 250 EUR

Early Bird (bis 28. Februar 2026): 220 EUR

DIP-Familie und DIPTEP-Teilnehmende: 200 EUR

## **Anmeldung und Infos**

Für Anmeldung und allgemeine Informationen bitte dervishinprogress.com besuchen. Für die lokale Organisation und weitere Details steht die Gastgeberin Helga Jenewein zur Verfügung.

### ***Helga Jenewein***

whatsapp: +43 699 12903687

email: [helga.Jenewein@icloud.com](mailto:helga.Jenewein@icloud.com)