

Ist available in 2. Edition 2017 / First Edition 2008

# Biodanza im Spiegel der Wissenschaften

Biodanza en el espejo de la ciencia  
Biodanza nello specchio della scienza  
Biodanza in the mirror of the science

Buch **1**

## Zur Gesundheit tanzen?

Empirische Forschungen zu Biodanza.

## ¿Danzar hacia la salud?

Investigaciones empíricas de Biodanza.

## La salute attraverso la danza?

Ricerche empiriche sulla Biodanza.

## Dance towards health?

Empirical research of Biodanza.



**Marcus Stück • Alejandra Villegas**

M. Stück • A. Villegas (Hg.)



© Copyright

**Biodanza im Spiegel der Wissenschaften**  
**Biodanza in the mirror of the science**  
**Biodanza in sueno de la mirror**

**Zur Gesundheit tanzen?**  
Empirische Forschungen zu Biodanza.

**Dance towards health?**  
Empirical research of Biodanza.

**Dancar para salud?**  
Researchi emricos sobre Biodanza.

**Dancar par de la salud?**  
Researchi emricos sobre la Biodanza.

*Marcus Stück & Alejandra Villegas,*



2008 erklärt Rolando dem Dekan der Universität Dhar Salam Biodanza mit Hilfe unseres Buches. 2008 Rolando viaja al Africa. Entrevista con el Ministro de Protección de familia y mujeres de Tanzania y con decano de la Universidad de De Dhar Salam. 2008 Rolando Toro explains the Dean of University Dhar Salam in Africa with the help of our Book “What is Biodanza”



*“To investigate Biodanza is like to investigate a treasure deep in the ocean or to watch a indefinite universe full of incredible and beautiful miracles”*

*Fernanda Perche gewidmet*

*Dieses Buch sowie alle wissenschaftlichen Veröffentlichungen sind der brasilianischen Biodanza-Lehrerin und unserer Freundin Fernanda Perche gewidmet, die während der ersten Untersuchung in B.Aires 1998 plötzlich und unerwartet verstarb.*

# **Dance towards health – Empirical research of Biodanza** **(English Part)**

## **1 Introduction**

In the present work, we introduce an experimental project from which we wish that it presents a pioneering task for continuative empirical publications. We hope that it will be conducive to interesting readers in give them an understanding in a barely unlike area of science.

Since the end of the 1990, this project had been coordinated through the faculty of biomedical sciences and psychology of the University of Leipzig and since 2003 added by the centre of Health Education “*Bildungsgesundheit*”.

Those who decide in favour for the realization of such an experimental project, rise to a challenge: Empirical research is very complex and they demand a huge degree of necessary finances and placing work time. They must be supported and financed by independent universities or beneficences. But such advancement is badly obtained.

From the very first, we were gone insistently through the ups and downs of this project to the point of this felicitous publication. All participants of the project were closely satisfied of the significance of this work and they did not lose heart.

We are conscious of the possibility of the amelioration of the so far conducted translations. There would also be a translation into other languages. The request to publish this work in other languages, demands a specific coordination which wasn't always ideal because of reason of time. Anyhow, we decided to publish this book.

The present book is the first part of a book series named “Biodanza in the mirror of science” (editor: Marcus Stueck & Alejandra Villegas). It contained a theoretical introduction in Biodanza as well as a composition of empirical researches of Biodanza in the original language German. The results of the research were translated in English, Spanish and Italian.

The content of the second book is formed by the dissertation of Alejandra Villegas. With the title “effects and processes in Biodanza”, this book is the first dissertation about the theme Biodanza. The basic contents and results of this in German language composed work were translated in English, Spanish and Italian.

The until now not published third book “lifelong biodanza” by Heinz- Walter Kallen forms a brilliant, empirical founded work material. The german leader of Biodanza and biologist passed away last year. With the publication of his work, we want not simply honour his unforgettable person, we also want to afford the circulation of this precious work.

Another empirical work in the frame of the research on Biodanza represents the habilitation of Marcus Stueck. This work was also published in the publishing company of Schibri, is part of the book series “new ways in education science and psychology” (editor: Marcus Stueck) and is engaged in adoption of Biodanza in the school system. In 2005, this work obtained the price of science of the pedagogic beneficence Cassianum.

Further review journal publications and other works for deepening the theme of the book, are illustrated in the appendix and are available and could be ordered from the authors ([stueck@uni-leipzig.de](mailto:stueck@uni-leipzig.de); [villegas@uni-leipzig.de](mailto:villegas@uni-leipzig.de)).

PD Dr. M. Stueck

Dr. A. Villegas

M. Schilling

Faculty of biomedical science and psychology  
University of Leipzig

Publisher: publishing house Schibri



## Epilog zur 2. Auflage in 4 Sprachen

**This book and also this epilog is translated into english, p. 299 – 410, also E-Book  
Questo libro e anche questo epilogo è tradotto in espanol, vedere, p. 485 – 567, E-libri  
Este libro y también este epilogo está traducido a Italiano: p. 411 – 485, E-libro  
LINK ..... we answer individual questions under [biodanzanews@gmail.com](mailto:biodanzanews@gmail.com).**

Die wissenschaftliche Aufgabe der Biodanzaforschung besteht vor allem in der Bestimmung der Kontraindikationen von Biodanza und der Untersuchung der Wirkmechanismen, weniger der Effekte. Rolando Toro, unser Mentor und Lehrer, sagte dazu „.....du musst hinter die Kategorien schauen“. Er benannte 5 Forschungsfelder, die für ihn für die Forschung interessant sind: 1. Affektivität und Blutdruck 2. Epigenetik 3. Psychoneuroimmunologie 4. Forschungen zu Biophotonen 5. Biodanza mit Kindern. Wir versuchen diese Forschungsfelder mit der Erhebung und Auswertung empirischer, d.h. während Biodanza erhobener Daten, oder im Labor zu bearbeiten (s.S.105-178). Biodanza und Neuro-Wissenschaften waren bei ihm nur von sekundärem Interesse, obwohl viele Menschen auch in der Biodanza Szene heute Vorträge halten, die sich spektakulär anhören, bezogen auf Biodanza jedoch nicht mit empirischen Daten bewiesen werden können und deswegen für die empirische Biodanza-Forschung wenig relevant sind. Rolando Toro interessierten v.a. das Zentralnervensystem (Sympathicus, Parasympaticus), Instinktive Reaktionen und die Wirkungen von Biodanza auf zellulärem und psychoneuroimmunologischem Level. Das hat er während der Afrika Reise 2009, an der wir teilnahmen (M.Stueck), so geäußert. Und er hat selbst erlebt wie wirkungsvoll die Präsentation von Forschungsergebnissen z.B. in Ministerien oder Universitäten in Tanzania sein kann. Das Buch „Zur Gesundheit tanzen“ wurde 2008 zum Biodanza-Weltkongress in Italien erstmals in einem Vortrag zusammen mit Rolando Toro vorgestellt. Seitdem sind fast 10 Jahre vergangen und die Nachfrage nach dem Buch hielt an. Es war die erste wissenschaftliche Zusammenfassung weltweit. Deswegen entschlossen wir uns diese 2.Auflage, in der alle Forschungen berücksichtigt und beschrieben, die bis 2008 weltweit durchgeführt wurden, in unveränderter Form herauszubringen, damit der Leser dieses historische Werk unverändert lesen kann. Natürlich sind die Forschungen nach 2008 weiter fortgesetzt worden, mit einer Vielzahl neuer Artikel von verschiedenen Forschergruppen in Journalen, v.a. auch zum Biodanza mit Kindern und zu Biodanza im Wasser, auch zu Biodanza in islamischen Ländern (Indonesien). So wurden sog. Evidenzbasierte Programme für Kinder, speziell für Schulen und Kitas entwickelt und untersucht bzw. Kursleiter ausgebildet (sog. Tanzorientierte Programme mit Biodanza, TANZPRO-Biodanza). Diese Entwicklungen sind beschrieben am Ende des Buches (S.567-570) mit einem



webseiten-link auf dem sich Leser erkundigen kann: [www.bionet.name](http://www.bionet.name). Zur Entwicklung von Biodanza als wissenschaftlich fundierte Interventionsmethode gehört die Gründung des IBF-Research-Network BIONET 2012 zur koordinierten Verbreitung der Forschung und die aller 2 Jahre stattfindenden BIONET-Tagungen „Biodanza trifft Wissenschaft“. Wir wünschen viel Freude mit der 2.Aufl.

Marcus Stueck & Alejandra Villegas      Institut für Biodanza  
Research Leipzig IBR)

Infos zu aktueller Biodanza-Forschung: [www.bionet.name](http://www.bionet.name) / [biodanzanews@gmail.com](mailto:biodanzanews@gmail.com)  
Infos zu Kursleiter-Ausbildungen zu „Evidenzbasierten Biodanzaprogramme für Kinder“:  
[www.bildungsgesundheit.de](http://www.bildungsgesundheit.de), [www.biodanzaschule-leipzig.de](http://www.biodanzaschule-leipzig.de)

Leipzig-Markranstädt 1.10.2017