

Verbunden mit dem Leben

BIODANZA in der Natur

Samstag, 13. Juli 2019

von 10 bis 18 Uhr

Brennesselhof in Wangelkow



Biodanza ist die Einladung an dich, dein Leben zu tanzen.

Im Hier und Jetzt geht es um das Erlebnis, dich in all deinen Facetten entdecken und im Tanz ausdrücken zu können. In der Vivencia, unserem gemeinsamen Erlebnis, tanzen wir in der Gruppe, zu zweit und auch individuell. Mit rhythmisch anregender und melodisch harmonisierender Musik aus aller Welt erwecken wir die in uns wohnende Vitalität, Sinnlichkeit, Kreativität, Liebesfähigkeit und Lebensfreude. Im Tanz unseres Lebens fördern wir mit Biodanza die liebevolle Verbindung mit uns selbst, den anderen Menschen und dem Leben an sich.

Das Tanzen in der Natur kann die Erfahrungen im Biodanza noch vertiefen – durch das Sein in der Natur können wir uns als organischen, mitgestaltenden Teil dieser großen Einheit spüren.

In den 1960er Jahren vom Chilenen Rolando Toro entwickelt, basiert Biodanza als körper- und bewegungsorientierte Methode auf altem Wissen über die Heil- und Ausdruckskraft des Tanzes. Moderne wissenschaftliche Erkenntnisse belegen ihre positive Wirkung auf unsere Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung.

Wir werden in diesem Tagesworkshop zwei Sessions an verschiedenen Plätzen tanzen. Vorkenntnisse sind dafür nicht erforderlich, es genügen die Freude an der Bewegung (in bequemer Kleidung) und an der Begegnung mit anderen Menschen. Männer, wie Frauen jeden Alters sind herzlich willkommen!

Mit Vorfreude auf dich und mit Blick auf einen schönen Wangelkower Sommer, Susanne und Gabriele

Wo: Brennesselhof in Wangelkow

Wann: Samstag, 13. Juli 2019 von 10 bis 18 Uhr

Kosten: 45,- € bei Anmeldung bis 30. Juni 2019 bei: susannestanicki@web.de; danach 55,-€

Für Getränke ist gesorgt – bitte bringt eine Kleinigkeit für ein gemeinsames Mittagsbuffet mit.

Übernachtung im Zelt ist möglich, bitte über www.urlauber@brennesselhof.de erfragen.

Weitere Informationen zu Biodanza z.B. unter: www.biodanza-erfurt.de