



Tanze dich frei !

Lass dich von Melodien aus aller Welt verführen und finde deinen ganz eigenen Ausdruck im Tanzen – deinen Tanz.

Erlebe wie frei du dich in deinem Körper und in deinem Geist fühlen kannst, wenn du beginnst deinen eigenen Rhythmus zu tanzen. Du bist einmalig und so auch dein Tanz! Bewegungen aus dir heraus, ohne etwas leisten oder darstellen zu müssen, sind Balsam für die Seele. Du tanzt alleine oder gemeinsam mit anderen, so wie es für dich in diesem Moment stimmt.

Nichts muss sein und alles darf sein – pure Lebensfreude und Leichtigkeit darf sich zeigen und entstehen.

Wann: Freitag, 6. März 2020 | 19.30 – 21.30 Uhr

Wo: Raum AQUARIUS, Alberich Zwyszigstrasse 81, 5430 Wettingen
(Parkplätze vis à vis oder Busstation Zentrumsplatz)

Kursleitung: Priska Iseli, Yoga Teacher YCH, Yoga & Spirit in Wettingen, mehr
Infos zu mir unter: www.priskaiseli.ch

Beschrieb: Nach einer angeleiteten Aufwärmphase, die von sanften langsamen Tönen begleitet wird, lassen wir uns von der Musik weiter treiben, tauchen in powervolle schnelle Musik ein und tanzen frei und ausgelassen. Zum Schluss erklingen wieder ruhigere Melodien bis wir in der Stille angekommen sind. Ein Raum darf sich öffnen, wo wir uns vollkommen entspannen und regenerieren können.
Wir tanzen Barfuss oder mit rutschfesten Socken. Bitte während dem Tanzanlass keine Gespräche führen. Es braucht keine Vorkenntnisse.

Mitbringen: Bequeme Kleider, Wasserflasche, evtl. rutschfeste Socken.
Keine Duschen vorhanden.

Kosten: CHF 25.00

Ich freue mich auf dich!
Priska