

Intuitiv kreativer Tanz für Erwachsene

Wellness für Körper und Seele

- In Achtsamkeit bewegen Sie sich im geschützten Rahmen frei von Wertungen
- Aus der Zwiesprache mit Ihrem Körper fließen Ihre ganz persönlichen, stimmigen Bewegungen von sanft, meditativ bis kraftvoll, expressiv
- Sie erleben Ihren Körper, sich selbst und andere in neuer Art und Weise
- mit div. Entspannungstechniken, geführter Bewegungsimprovisation und themenzentriertem Tanz
- Einfühlsame Leitung und inspirierende Musik eröffnen neue Möglichkeiten
- Entspannung, Erholung, gestärkte Vitalität und Nähe zu sich selbst ist Ihnen gewiss

Zeit: **Montagabend** 14-täglich 19.15 – 21.30 Uhr

nächste Daten: **9.+23.1., 6.+27.2., 13.+27.3., 3.+24.4. - - 5.+19.6., 3.7.**
2023 14.+28.8., 11.+25.9., 16.+30.10., 13.+27.11., 11.12.

Kosten: SFR 45.-
quartalweise zahlbar

Sind vielleicht **Sie** interessiert?
Falls Sie gerne einmal dabei sein möchten um sich ein klares Bild davon zu machen, nach Voranmeldung sind Sie herzlich willkommen !

Haben Sie dazu Fragen, gebe ich Ihnen gerne weitere Auskünfte .

Christina Braun 055 440 48 80
Raum für Bewegung-Tanz-Stimme Untergass 13 8854 Galgenen

www.bewegung-tanz-stimme.ch

chbrauntanz@hotmail.ch



Intuitiv kreativer Tanz für Erwachsene

Wellness für Körper und Seele



- in Achtsamkeit bewegen Sie sich im geschützten Rahmen frei von Wertungen
- aus der Zwiesprache mit Ihrem Körper fließen Ihre ganz persönlichen, stimmigen Bewegungen von sanft, meditativ bis kraftvoll, expressiv
- Sie erleben Ihren Körper, sich selbst und andere in neuer Art und Weise
- mit div. Entspannungstechniken, geführter Bewegungsimprovisation und themenzentriertem Tanz
- einfühlsame Leitung und inspirierende Musik eröffnen neue Möglichkeiten
- Entspannung, Erholung, gestärkte Lebendigkeit und Nähe zu sich selbst ist Ihnen gewiss

Zeit: **Montagabend** 14-täglich 19.15 – 21.30 Uhr

nächste Daten: **9.+23.1., 6.+27.2., 13.+27.3., 3.+ 24.4., - - 5.+19.6., 3.7.**
2023 14.+28.8., 11.+25.9., 16.+30.10., 13.+27.11., 11.12.

Kosten: SFR 45.-
quartalweise zahlbar

Sind vielleicht **Sie** interessiert?
Falls Sie gerne einmal dabei sein möchten um sich ein klares Bild davon zu machen, nach Voranmeldung sind Sie herzlich willkommen !

Haben Sie dazu Fragen, gebe ich Ihnen gerne weitere Auskünfte .

Christina Braun 055 440 48 80
Raum für Bewegung-Tanz-Stimme Untergass 13 8854 Galgenen

www.bewegung-tanz-stimme.ch

chbrauntanz@hotmail.ch