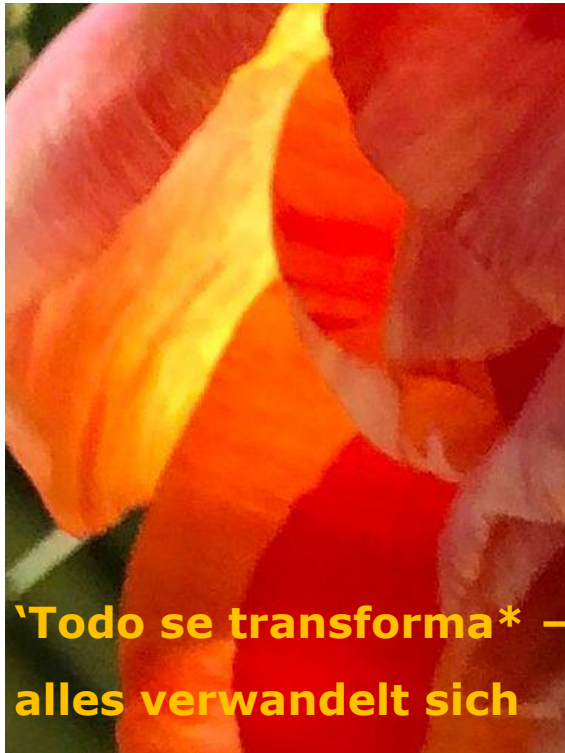


TanzRaumSein



Körperimpuls

Tanzgenuss

Entfaltungsraum

21. Januar – 4. Februar 2025

*Song von Jorge Dexler

'Todo se transforma – alles
verwandelt sich'

Im tiefsten Winter geschieht so
Vieles in der Natur im Verborgenen.
Alles ist in Verwandlung und bereitet
sich vor auf neues Erwachen und
Spriessen.

Was brauche ich im Moment?
Ruhe und Zurückgezogenheit?
Oder drängt schon etwas Neues
in mir auf dem Weg nach aussen?
Die Atmung ist ein zentrales
Umwandlungsorgan in uns- wie
kann sie mich unterstützen in
meinem SEIN?

Unser Körper zeigt uns, ob etwas
stimmig ist für uns.

Tanz und Bewegung helfen uns,
diesen Impulsen nachzuspüren.
Wir üben, den Körperreaktionen zu
vertrauen und so unser inneres
Wissen zu stärken.

Mit Übungen und Körperwahr-
nehmung, mit Orientalischen
Tanzbewegungen, mit Kreistänzen
und freiem Tanz kann sich der Raum
in und um uns entfalten zum

SEIN

Wo:

Tanzstudio «Vulkan», Stegstrasse 17,
8820 Wädenswil

Wann:

3x Dienstag, 21. Januar – 4. Februar 2025,
18.45 - 20.15 Uhr

Mit wem:

Sylvia Seifert, Tanzpädagogin,
Erwachsenenbildnerin FA,
sylvia.seifert@sunrise.ch,
076 325 18 52



Mehr erfahren? Ich gebe dir
gerne Auskunft am Telefon oder per Mail

Niveau:

Offen für alle mit Neugier, keine
Tanzerfahrung nötig

Anmelden:

Per Mail oder Telefon

Mitnehmen:

Bequeme Kleidung, eventuell Tanzrock,
Socken nach Bedarf (keine Münz-
Hüfttücher)

Kosten:

3 x Fr. 35.-- = Fr. 105.—

Einzellektionen Fr. 40.—

Bar am ersten Kursabend oder über
TWINT oder Bankverbindung

www.sylviatanz.ch