

TanzRaumSein



Tanzgenuss
Entfaltungsraum
Bewegungserfahrung

Unsere Stärke – unsere Kraft

Wir erforschen, wie wir unsere Kraft stärken können.
Welche Strukturen in unserem Körper unterstützen uns dabei?
Wie erleben wir den Unterschied von starrer Kraft und elastischer, dynamischer Stärke?
Kann Zartheit und Weichheit auch Stärke sein?
Wir nähern uns dem Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist.

Körperwahrnehmung
Übungen
Tanzbewegungen aus dem Orientalischen Tanz
einfache Kreistänze
freier Tanz
Meditation
Entspannung
–
SEIN

Wo:

Tanzstudio «Vulkan», Stegstrasse 17,
8820 Wädenswil

Wann:

8x Dienstag, 9. Mai – 27. Juni,
18.30-20.00 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 Hüfftücher)

Kosten:

8 x Fr. 35.-- = Fr. 280.—
Bar am ersten Kursabend oder über
TWINT

www.sylviatanz.ch