

DIE KUNST DES DREHENS

Ein spannender Samstag-Workshop

Drehtanz-Trance-dynamische Meditationen-Atem-Stille

Jedes Kind dreht sich voller Freude, ganz natürlich, um die eigene Achse, immer schneller und schneller bis es sich fallen lässt und das ekstatische Gefühl genießt.

Wir erlernen die **Technik des Drehtanzes**, (ohne Fallen) langsam, Schritt für Schritt, um dann hingebungsvoll, durch einen achtsamen Prozess, immer mehr in der eigenen Mitte, in der Stille, im lichtvollen oder meditativen Raum anzukommen.

Zwischendurch erleben wir **Meditationen in Ruhe und Dynamik**, lernen verschiedene **Trance-Tanzelemente** kennen und drücken diese, individuell, im **freien Trance-Tanzen**, aus. Viel Energie wird freigesetzt und Ballast kann abfließen. Das Ankommen bei sich selbst und eine universelle Verbundenheit kann erfahren werden.

- **Datum:** Samstag, 1. April 2017
- **Zeit:** 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr
- **Ort:** junges Theater liechtenstein, Zollstrasse 50, Schaan
- **Kosten:** CHF 110.–
- **Mitbringen:** bequeme, helle Kleidung, Decke, Getränk
- **Anmeldeschluss:** Bitte 2 Wochen vor Beginn.

Für jedes Alter, keine Voraussetzungen.



Tanze, drehe, schüttele,
erde Dich und spüre Deine
Lebendigkeit.

