



Frauen-Treffpunkt

Anlauf- und Beratungsstelle

Kreistänze - Wir tanzen um die Welt

Mal fröhlich ausgelassen, mal ruhig meditativ tanzen wir mit einfachen Schrittfolgen traditionelle Tänze aus aller Welt.

In der Verbundenheit im Kreis können wir uns aufgehoben fühlen und gleichzeitig unsere Individualität behalten. Die vorgegebenen Schritte geben Sicherheit und helfen uns unsere Koordinationsfähigkeit zu stärken. Im Vordergrund steht aber immer Lebensfreude und Leichtigkeit wieder zu entdecken.

In der Gemeinschaft überwiegend im Kreis, aber auch mal in der „Line“ tauchen wir ein in vertraute und neu zu entdeckende Rhythmen, z.B. Balkantänze, Afro - und Line - Dance. Bei den meditativen Tänzen finden wir, auch durch die gestaltete Mitte, unsere Zentrierung und Ruhe wieder.

Tänzerische Vorerfahrung brauchst du nicht, aber Freude an Bewegung, internationaler Musik und ganz viel Neugier.

Bitte bring bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mit.

Leitung: Astrid Tjandra
Tanztherapeutin BTD®, Stockkampfkunst
Heilpraktikerin für Psychotherapie; kreative Traumatherapeutin (ZKW)

Wann: Donnerstags 16.30-18.00

1. Kurs: 16.05.2019 - 27.06.2019, 6x, am 30.05.2019 findet der Kurs nicht statt.
2. Kurs: 07.11.2019 - 28.11.2019, 4x

Kosten: 10,- (5,- ermäßigt) pro Termin

Infos & Anmeldung: Frauen-Treffpunkt e.V.

Verkehrsanbindung: U-Linie 3, 7, 9, Buslinien 200, 121, 134 bis Lister Platz