



Frauen+Treffpunkt

Anlauf- und Beratungsstelle

Psychosoziale Beratung für Frauen seit 1985

Begegnung im Stockkampftanz

Entdecke & aktiviere die Artemis in dir

Donnerstags von 16.30 - 18.00 Uhr
07.03.-02.05.19 & 12.09.-24.10.19



Unterstützung & Beratung
von Frauen für Frauen



Begegnung im StockkampfTanz



Entdecke und aktiviere die Artemis in dir

Eine Einladung für mutige Frauen unterschiedlichster Kulturen, die mit sich und anderen in einen würdevollen Kontakt kommen wollen.

Als Sinnbild dient uns Artemis, die Jagd- und Mondgöttin. Sie verkörpert den unabhängigen weiblichen Geist und trägt beide Seiten, mit der Jagdgöttin die offensive, extrovertierte Seite, mit der Mondgöttin, die achtsame, introvertierte Seite. Jede Frau trägt diese Anteile in sich und überall auf der Erde richtet sich der Zyklus der Weiblichkeit nach diesem einen Mond.

Für ein unabhängiges Handeln ist es wichtig eigene Grenzen wahrzunehmen und zu schützen. Wenn das gelingt ist es möglich eine selbstbestimmte Balance zwischen Nähe und Distanz zu erleben.

Mit den Eigenschaften der Rattan-Stöcke aus dem philippinischen Stockkampf haben wir die Möglichkeit beide Artemis-Anteile in uns gleichermaßen zu aktivieren. Wir haben etwas in der Hand, das uns Aufrichtung, Stabilität und Selbstbewusstsein, aber auch Achtsamkeit für uns selbst und unser Gegenüber gibt.

Wir nehmen uns Zeit die verschiedenen Facetten der Rattan-Stöcke zu erfahren und erleben eine Mischung von Tanz und (Wett)Kampf, aus Spiel und Präsenz, was in der Gruppe ein Gefühl von Kraft, Vitalität und aufmerksamem Miteinander entstehen lässt, als auch den Selbstkontakt stärkt.

Wann: Donnerstags von 16.30 - 18.00 Uhr
1. Kurs: 7x | 07.03.-02.05.19 (außer Osterferien)
2. Kurs: 6x | 12.09.-24.10.19 (einschl. Herbstferien)
Leitung: Astrid Tjandra, Tanztherapeutin BTD®,
StockkampfTanz, Heilpraktikerin für Psycho-
therapie, Kreative Traumatherapeutin ZKW

Anmeldung erforderlich / Teilnahme kostenfrei*

*Projektfinanzierung durch Fonds
„Miteinander - Gemeinsam für Integration“
der Region Hannover.



Frauen-Treffpunkt e.V. · Jakobistr. 2 · 30163 Hannover · Tel. (0511) 33 21 41
info@frauentreffpunkt-hannover.de · www.frauentreffpunkt-hannover.de
www.facebook.com/frauentreffpunkt.hannover · **NEU: Online-Beratung**