



Frauen+Treffpunkt  
Anlauf- und Beratungsstelle

.....  
Psychosoziale Beratung für Frauen seit 1985

# Kreistänze

Wir tanzen um  
die Welt

---

Donnerstags von 16.00 - 18.00 Uhr  
10 Termine ab 06.09.2018



Unterstützung & Beratung  
von Frauen für Frauen



# Kreistänze

## Wir tanzen um die Welt



Eingeladen sind Frauen unterschiedlichster Kulturen sich im Tanz zu begegnen.

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. Zwischen den Tänzen bleibt genügend Zeit und Raum sich auszutauschen.

---

**Wann:** Donnerstags von 16.00 - 18.00 Uhr  
10 Termine 06.09.2018 - 08.11.2018

**Leitung:** Astrid Tjandra, Tanztherapeutin BT<sup>D</sup>®,  
Stockkampftanz, Heilpraktikerin für  
Psychotherapie, 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**