



Leitung

Sandra Maria Neff
Integrativer LifeCoach

«Tanz ist die verborgene
Sprache der Seele»

Martha Graham

Daten

Siehe rechts

Zeit

19:30 - 21:15

Kosten in CHF

240 pro Semester

Ort

Wirkstatt Auboden
Auboden 1387
CH-9125 Brunnadern
wirkstatt-auboden.ch

Anmeldung

+41 71 375 66 00

info@wirkstatt-auboden.ch

«Die heilsame Kraft des Tanzes»

Tanz - und Bewegung in der Wirkstatt Auboden

Musik berührt die Seele, der Tanz ist ihr Ausdruck.

Erlebe eine Welt voller Musik, Bewegung und innerer Bilder. Hier hast du die Möglichkeit, dich körperlich auszudrücken und gleichzeitig dein inneres Gleichgewicht zu finden.

Stressabbau: Endorphine, Glückshormone, Wohlbefinden

Emotionale Befreiung: Emotionen freilassen, Selbstkenntnis

Gemeinschaft: Zusammenhalt, Freude

Körperliches Wohlbefinden: Bewegung, Gesundheit

Schenke dir selbst eine Auszeit voller Freude, Bewegung und Musik und erlebe, wie gut es tut, sich frei zu bewegen und den Rhythmus der Musik zu spüren.

Tanzdaten zweites Halbjahr 2024

- 21. August
- 04. & 18. September
- 23. Oktober
- 06. & 27. November
- 04. & 18. Dezember

„Schnuppern“ ist willkommen!

