

Tanz der 5 Rhythmen nach Gabriele Roth -NEU-

Tanz der 5 Rhythmen nach Gabriele Roth -NEU- Freies Tanzen zu 5 Rhythmen

Angelehnt an das Konzept von Gabriele Roth Getanzt wird völlig frei unter dem Motto: "Der schnellste Weg die Gedanken zu beruhigen, ist den Körper zu bewegen" (Gabriele Roth) Die 5 Rhythmen sind: 1. Flowing 2. Staccato 3. Chaos 4. Lyrical 5. Stillness Frau Stefanie Kropf (Gesundheitstrainerin und -pädagogin) wird das Tanzkonzept und die Rhythmen einführen und abschließend eine Atemmeditation und Selbstreflexion begleiten. Mitmachen kann jeder, denn jeder tanzt mit der Energie, die ihm zur Verfügung steht. Auch liegen oder sitzen ist möglich, um die Rhythmen einfach auf sich wirken zu lassen. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Schuhe oder Socken zum Tanzen und Isomatte, evtl. Decke, Trinken mit.

Dozent(en):	Kropf, Stefanie
Veranstaltungsort:	Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus
Veranstaltungstag(e):	Donnerstag
Zeitraum:	Do. 23.04.2020 - Do. 23.04.2020
Dauer:	1 Termine
Gebühren:	13,53 € (10,15 € ab 8 Teilnehmern)
Mindestteilnehmer:	6
Teilnehmer maximal:	18

Einzeltermine

23.04.2020

19:00 - 20:30 Uhr

Haiger-Langenaubach, Dorfgemeinschaftshaus