



Eutonie und Kreativer Tanz

In Aufrichtung sein von Fuß bis Kopf

Die flexible Wirbelsäule ermöglicht uns aufgerichtet durch das bewegte Leben zu gehen. Mit den Füßen als Basis verwurzeln wir uns mit der Erde, die uns trägt und erfahren Stabilität.
Mit Achtsamkeit für den eigenen Körper erlebst du deine Mitte, aus der heraus du deine Bewegungen gestaltest.

Samstag, 16. November 2019

14:00-17:45 Uhr

Physiotherapiepraxis U. Petersen
Lerchenberg 15
22359 Hamburg-Volksdorf

Teilnahmebeitrag: 40 €

Auf neuen Wegen-bewegen.
Hierzu werden kurze theoretische Inputs aus dem Bereich der Eutonie und des Kreativen Tanzes gegeben.
Genügend Raum zum Erforschen mit Neugier und Offenheit wird sein.
Dies kann, kombiniert mit Freude an der Bewegung und im Tanzen kreativ zu sein, ein anderes, erweitertes Körperbewusstsein schaffen.

Für Tee und Imbiss in der Pause wird gesorgt.

Für weitere Informationen und Ihre Anmeldung rufen Sie uns gerne an oder senden eine Mail:

Birgit Späker
Eutonie-Pädagogin G.A.
0176 56260760
birgitspaeker@gmail.com

Ute Lensch
Physiotherapeutin, Tanzpädagogin
04102 981304
rafikiute@gmx.de