



BIODANZA

TANZ DES LEBENS

Tagesworkshop

Tanz ins Licht- Zeit der Inspiration

Die Natur hat nicht umsonst vier Jahreszeiten. Wir brauchen auch den Winter mit Kälte und Frost, um uns auf uns selbst und das Wesentliche zu besinnen. Draußen ist es noch kalt und frostig, aber wir spüren schon, dass es heller und klarer wird. Die Zunahme des Lichtes weckt in uns den Wunsch, etwas Neues zu beginnen – die Zeit ist erfrischend, reinigend und erneuernd.
Wir alle sind Kinder des LICHTS!

Kreative Ideen und die Kraft zur Veränderung wollen nun ebenso Raum finden, wie Zielstrebigkeit, der Wunsch nach Unabhängigkeit und das Schmieden neuer Pläne.
Doch wohin soll die Reise gehen?

Sobald Du nur einmal Dein eigenes LICHTWESEN erspürt und erkannt hast, bist Du nicht mehr dieselbe Person.
Tänze, Klänge und Musik unterstützen uns auf dem Weg, gemeinsam neue Zukunftsvisionen zu entwickeln und alte ausgelebte Muster abzulegen. Wir schenken uns gegenseitig Licht und Wärme, und vertreiben lachend und spielerisch die Trägheit und zähe Unbeweglichkeit des Winters. Wir schaffen neue weite und luftige Räume, in denen unsere Begeisterung und unser Mut wachsen kann!

22. Januar 2012
10-17Uhr





Kosten:
65 Euro,
bei Buchung bis zum 06. Januar 2012: 55 Euro

Veranstaltungsort:

Stadtraum
Moltkestrasse 79
50674 Köln

Leitung, Anmeldung und Info

Lamia U. Kriener
Tel. 02193 - 532 500
Mobil 0163 - 578 7238
www.taenze-des-lebens.de
lamia@taenze-des.lebens.de

Angela Raymann
Tel. 08021-50 61 30
Mobil 0163-364 22 62
www.biodanza-muenchen.info
info@biodanza-muenchen.info

Tanz dein Leben!





La Poética del encuentro!

Die Poesie der menschlichen

Begegnung

Biodanza bedeutet „Tanz des Lebens“ und ist ein System

zur Befreiung menschlicher Potentiale mit Musik, Bewegungen und Begegnungen.

Rolando Toro Araneda, der Begründer von Biodanza, betrachtet Biodanza als Lebensschule für menschliche Begegnung und Lebenszufriedenheit. Ziel ist es, den Menschen den Zugang zu ihrer Kreativität, Lebensfreude und Liebesfähigkeit zu erleichtern. Den Schlüssel dazu liefert Biodanza, ein System verschiedenster, von Musik stimulierter Tänze in einer Gruppe, die man allein, als Paar oder gemeinsam tanzt.

Es sind Tänze, die wandeln und heilen und dich tiefer in Verbindung mit Dir selbst, mit anderen und mit dem Leben bringen. Du bist fähig, besser zu erkennen, wer Du bist, wie Du dich mehr zum Ausdruck bringen und dein Leben so leben kannst, wie du es für richtig hältst. Du kannst deine Selbstwahrnehmung vertiefen und das, was du brauchst, willst oder wünschst, sensibler spüren, entdecken und in den Alltag integrieren.

Wir machen es uns leicht, es gibt nichts Kompliziertes oder Schwieriges zu lernen. Schöne Musik und eine nährend Umgebung bieten einen Raum, wo du dich zu Hause fühlst – Du kannst wieder auftanken, Dich erfrischen und Dich in deinem eigenen Rhythmus erneut mit der Lebenskraft, dem Genuss und dem Wert des Lebens selbst verbinden. In der Begegnung mit Anderen lernst du deine eigenen Grenzen und die des Anderen besser wahrzunehmen, zu achten oder auch zu verteidigen und eine tiefe Sensibilität im Umgang mit Anderen zu entwickeln.

Biodanza ist für Menschen jedes Alters.
Es werden keine Vorkenntnisse erwartet.