

Meditativer Tanz mit Josefine

10. Juni 2021, 19:30–21:00

Meditativer Tanz

Meditativer Tanz umfasst Bewegung nach Musik und Meditation. Die Tänze beinhalten einfache Schritte und Bewegungen, die leicht erlernbar sind. Die Tanzpausen werden mit meditativen Texten, Atem- und Entspannungsübungen und kurzen Meditationen aufgelockert. Die drei angebotenen Termine sind auf die entsprechenden Jahreszeiten ausgerichtet.

Das Angebot ist für alle Altersstufen, für Frauen und Männer jeden Alters gedacht.

Dienstag, 19. Januar 2021 von 19:30 bis 21:00 Uhr

Mit Josefine Schauer-Deser

Lehrerin für Meditativen und Sakralen Tanz

Yogalehrerin BDY/EYU

Ort Hotel am Regenbogen

Mitzubringen bequeme Kleidung, feste Schuhe mit dünner

Sohle, evtl. Trinkflasche

Mitglieder 6€, Nichtmitglieder 10,50 €
