



Jahresgruppe für Frauen **- Wer sich bewegt, kann was bewegen! -**

Heilende Kräfte im Tanz HKIT® ist eine biodynamische tanzpädagogische und tanztherapeutische Methode, die mit dem freien Bewegungsimpuls arbeitet. Mit der Bewegung von Innen nach Außen. Alte, festgesetzte Bewegungsmuster können sich als Blockaden zeigen und mit Hilfe gelenkter Aufmerksamkeit, kann die Lebenskraft wieder in Fluss kommen. Den Atem spüren, die Stimme einladen, den eigenen Tanz entstehen lassen... Freude am eigenen Körper, Spaß an der Bewegung und am Miteinander erleben? Die eigene Lebendigkeit spüren und Dich mit Rückenwind durchs Leben bewegen?

Meine Gruppenangebote HKIT® richten sich an Frauen jeden Alters. So entsteht ein geschützter Rahmen für Eure Themen. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Schnupperworkshop HKIT® "Wer sich bewegt, kann was bewegen!"

Termin: 14.11.2020

Zeit: 14 - 18 Uhr

Ort: ZIL, Zentrum Integrales Leben, Muhliusstr. 40, 24103 Kiel (Tanzstudio Steiner)

Kosten: € 80



Termine Jahresgruppe:

14.11.2020: Bewegungsmuster „Nana“ (Erdung und Zentrierung, die eigene Achse)

06.03.2021: Bewegungsmuster „Oxum“ (Fülle und Wohlstand)

19.06.2021: Heilungstanz „Tarantella“ (von der Spinne „gebissen“, die eigene Wildheit tanzen)

04.09.2021: Bewegungsmuster „Yemanjá“ (Brücken abreißen und Wogen glätten, Gegensätze)

Die Bewegungsmuster sind aus dem afrobrasilianischen Candomblé.

10 % Ermäßigung bei Buchung der drei Termine in 2021!

Info & Anmeldung:

Linda Wiesemann

Ausbilderin nach den Richtlinien des DGH e.V.

integrale Traumatherapeutin

Tanzpädagogin HKIT®

Mitglied im Berufsverband DHKIT

T. 04621 / 97 87 574

schule@lindawiesemann.de

www.lindawiesemann.de