

Donnerstagstanz: freies Tanzen wertfrei und ohne Leistungsdruck

Möchtest du dich mehr deinem Körper widmen? Einen bereichernden Anstoss für deinen Alltag erhalten? Die eigene Körperwahrnehmung verstärken.

Wir treffen uns ca. alle drei Wo, 6 x, jeweils 18.30 – 20.00, Start: 16.2.2023

Daten: 16.02., 09.03., 30.03., 20.04., 11.05., 01.06.

Kosten: 28.--/Abend (oder 145.- für alle Termine) Bar oder Twint.

Wir starten mit angeleiteten Körperübungen oder Meditationen, im Anschluss bewegen wir uns frei. Du bringst Freude an der Bewegung mit – tänzerische Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Im Raum für Tanz- und Therapie an der Engehaldenstrasse 55a, 3012 Bern

→ **Weitere Infos: bewegungsmoment.ch**

Foto: matthiasluggen.ch

