

Wellen Kostproben

Tanzen Meditieren Wachsen



ITA & 5 RHYTHMEN
3 SESSIONS MIT MAJA



DANCE 5RHYTHMS

26.05.2018
RHÖN-AKADEMIE
SCHWARZERDEN
GERSFELD

TANZ 3 MINI-SESSIONS IN DER RHÖN Wellen Kostproben

Wir erweitern unser körperliches, geistiges und seelisches Bewusstsein an diesem Kennenlern-Tag in einer Bewegungsmeditation in Wellen & ITA (Integrale Tanz). Jede 5-Rhythmen-Welle enthält den Tanz von Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness. Es wird 2 (fast) gleiche Mini-Sessions als Kostprobe (Vortrag & Praxis) und eine längere Tanzgelegenheit geben. Komm und sinke in die Einheit, bringe die Liebe mit in diese chaotischen Zeiten und tanke auf.

Lass es rein, lass es raus, lass es los, lass auch das - lass ES sein!

DANCE - MEDITATE - GROW mit
den **"5RHYTHMS"** als freie Tanz- & Bewegungsmeditation
und **"ITA"** als Integrale Tanz- & Ausdruckstherapie

Wir tanzen meist barfuß und in lockerer Kleidung in Schichten (ruhige und schnelle Phasen). Das Mittagessen (ca. 1h) als Sharing: Jede(r) steuert zum gemeinsamen Buffet bei. Der Workshop ist für Beginner und Geübte gleichermaßen, Voraussetzung ist die Fähigkeit zur Selbstregulation.

WANN, WO & WIE:

26.05.18 | Gersfeld, www.schwarzerden.de, Tag d. off. Tür
2 (fast) gleiche Sessions je ca. 40 Min. 12:00 und 14:00 Uhr
+ längere Tanzmeditation ab ca. 15:00 Uhr je i.d. Turnhalle



MAJA MÜHLBAUER ist zertifizierte 5-Rhythmen-Lehrerin nach und mit Gabrielle Roth und ihrem Sohn Jonathan Horan (USA). Sie hat verschiedene Spezialisierungen (Emotionen, Trauma), ist Heilpraktikerin für Psychotherapie (nach d. dt. HPG) sowie Integrale Tanz- und Ausdruckstherapeutin (CITA München), außerdem Diplom-Informatikerin (FH). Ihre Arbeit bietet sie als Tanztherapeutin (HP Psy) mit viel Liebe und Tiefgang an. Sie lebt mit ihrem Ehemann naturverbunden in der stillen Rhön sowie in München. Die Mitte, Lebenslust und das Mitgefühl zu stärken, Lachen sowie Frieden und Spiritualität in den Alltag zu integrieren, sind ihr ein großes Anliegen.

WEITERE INFO & ANMELDUNG:

Maja@Tanz-als-Weg.de
+49 (0)173 - 289 02 41
www.Tanz-als-Weg.de

