

Dance | Meditate | Grow

5 RHYTHMS INTRO Mini-WORKSHOP

Maja Mühlbauer | www.Tanz-als-Weg.de



AUGSBURG
+ LANDSBERG

5-Rhythmen
Schnuppern +
Abende



Dance | Meditate | Grow

5 RHYTHMS INTRO Mini-WORKSHOP

Maja Mühlbauer | www.Tanz-als-Weg.de

5-Rhythmen
Schnuppern
+ Abende

Die 5RHYTHMS sind eine freie Tanz- & Bewegungsmeditation. Wir tanzen sie durch die Energiefelder Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness in Wellen: Mal ruhig, mal schnell, mal mit und mal ohne Anleitung/Übungen zu wechselnden Themen.

FLOWING = FLIEßEN | kontinuierl., rund, weich, erdig, weibl., ...
STACCATO = PERKUSSION PULSIEREN | feurig, männlich, klar, ...
CHAOS = WILD | frei, mit Sprengkraft, überraschend, vielseitig, ...
LYRICAL = KREATIVE WANDLUNG | leicht, heiter, luftig, hell, ...
STILLNESS = MEDITATIV | leer, ruhig, ätherisch, verbunden, ...

Mitbringen:

Wasserflasche | Snack | sportl. Kleidung in Schichten | warme Socken (Tanzen am besten barfuß, alternativ Tanzschuhe)

Kosten:

2h Offener Abend: 20 Euro, ermäßigt 15 Euro | Helferpl. mögl
3h-Intro.: 35 Euro, ermäßigt 30 Euro
4h-Intro: 45 Euro, ermäßigt 40 Euro



Der Schnupperkurs bietet in Theorie und Praxis einen Überblick, Hintergründe und Einblicke in die 5R.

Diese 5 Rhythmen Intro ist die Grundlage für die (offenen) Abendgruppen und -kurse und werden auch bei anderen LehrerInnen anerkannt. Umgekehrt, wenn Du bereits bei einem/r zertifiz. 5 Rhythmen Lehrer/in einen Einführungskurs oder Workshop (nicht nur offenen Abend / Sweat) besucht hast, gelten diese auch bei mir.

Termine 2.Hj. 2017 Region AUGSBURG & LANDSBERG:

Kaufering: 25.11. Intro am Nachmittag "Schnupperkurs"
Zusätzl. offener Abend in Planung

Blumenthal: Im Schloß inah Augsburg-Aichach finden weitere Workshops und monatlich offene Abende statt:
29.09. | 22.10. | 26.11.+Halbtagesworkshop vorher

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

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

Frühzeitige Anmeldung erbeten

... (-: ...

Wir freuen uns auf Dich!

Weitere Kurse, Abende u. Workshops:
München, Schlier- u. Tegernsee, Rosenheim,
Berchtesgaden, Südtirol, Fulda/BadHersfeld (Rhön),
Schweinfurt, Kassel, Wien
... bzw. auch auf Anfrage ... (-: ... !



WEB
LINK