BESINNUNG auf mein HERZ

Samstag, 30. Januar 2027

10:00 bis ca. 13:00 Uhr
Tanzeria, Zürcherstr. 86a, 8852 Altendorf
CHF 80.00 inkl. kleinem Snack

In unserem Innern, im Herzen, liegt unsere Lebenstiefe, Berührtes und Unberührtes, unser Licht. Oft sind wir uns dessen bewusst, aber genau so oft verlieren wir uns wieder mehr im Aussen, im Tun, im Müssen, in Ansprüchen…
Erkunde an unserem **Herzenstag** deine eigene leuchtende Kraft und feiere dich selbst für die besinnliche Zeit, die du dir gönnst.

… im Liegen, wo du dich einkuscheln, wunderbare Klangschalentöne und andere Klangspiele auf dich wirken lassen und einer meditativen Herzensgeschichte folgen darfst…

.. im anschliessenden Bewegen und Tanzen, zu wunderbaren Liedern und Mantras von Lex van Someren, frei, ohne Wertung, Körper und Herz und Seele dürfen sich spürbar berühren…

Es begleiten dich:
Susi Harms, Tanz- und Bewegungstherapie IAC, meditative Klangschalenbegleitung
Eva Bühlmann, Tanz- und Bewegungstherapie IAC, Coach Herzaspekte

Anmeldung an Susi gerne bis 20.01.2027
WhatsApp 078 822 90 13, E-Mail susi@tanzeria.ch