



11.&12.03.2023

BERN

Mystic Journey

-True Self-

Vertiefungs-Workshop Drehtanz
mit Irem Demirel

www.hic0.ch

Möchtest du mit vollem Bewusstsein den Drehtanz praktizieren und an Leichtigkeit und Freude gewinnen? Möchtest du Sicherheit und Stabilität aufbauen und dich mit voller Hingabe dem Drehtanz widmen und das leichte Gefühl von Berauschtigkeit genießen?

Der Vertiefungs-Workshop ähnelt einer Forschungsarbeit. An beiden Tagen erfährst du, was genau passiert und was wir erzeugen, wenn wir uns um die eigene Achse drehen. Zudem lernst du die Auswirkungen kennen auf unseren Körper, Geist und Emotionen. Wir gehen näher in die Technik ein, schulen unseren Körper noch präziser und sensibilisieren uns auf die Auswirkungen und die damit verbundene Selbststeuerungsfähigkeit.

Ausserdem erfährst du, wie es sich anfühlt, den Drehtanz mit dem Rock als eine Art Erweiterung deines Körpers zu praktizieren.

Komm, entdecke, forsche und erschaffe dir den Zugang, um dein Wahres-Ich zu erkennen.

Keine Vorkenntnisse nötig / Geeignet für alle Erfahrungsstufen

Ort

Bern (genaue Adresse nach Anmeldung)

Preis

CHF 200.00

Zeit

SA+SO 12:30 - 17:30 Uhr

Kontakt/Anmeldung

+41 79 789 82 77