



„AUS VOLLEN HERZEN“

TANZ - MANTRASPECIAL MIT SILKE & NINA

01.07.2023 | 13 - 17 UHR | MOVING BONES | HANNOVER

Unser Herz steht sinnbildlich für die Fülle unseres (ER)LEBENS. Es steht für Vitalität, für eine enorme Anziehungskraft und schier unglaubliche Reichweite.

Eingebettet zwischen Kopf und Bauch steht das Herz auch für unser aller Grundbedürfnis nach Beziehung, aufrichtigen Kontakten und Wahrhaftigkeit.

„UNSERE GEMEINSAME PASSION IST ES, MENSCHEN DURCH TANZ UND KLANG IM HERZEN ZU BEWEGEN UND ZU BERÜHREN.“



Silke van Dyken | Emden

Musik, Tanz, Rhythmus und die Freude an der Bewegung | Nia | Yoga | Meditation | Tanz! Tanz! Tanz! | www.nia-ostfriesland.de

Nina Holtewert | Osnabrück

ganzheitliche Körperarbeit & Coaching für mehr Wohlbefinden & Wahrhaftigkeit in Deinem Leben
Yoga | Mantra | Gesang | www.nina.yoga



„AUS VOLLEN HERZEN“

TANZ- & MANTRASPECIAL
MIT SILKE & NINA | 01.07.2023

13 - 17 UHR | MOVING BONES | HANNOVER

In diesem SPECIAL möchten wir Dir ZU ZWEIT eine Ort kreieren,

- der Dein Herz zum Schwingen und Klingen bringen kann.
- der Raum gibt zu erforschen: „Wofür schlägt mein Herz denn eigentlich genau...jetzt, in diesem Moment?“
- an dem Du Dich aus Deinem Herzen heraus bewegen und darüber erkennen kannst, in welche Richtung Dich Dein Leben immer wieder tragen möchte.
- So kann jeder Schritt ein Ankommen sein - ein Landen, spüren und Vertrauen fassen für den nächsten Schritt in (D)ein wahrhaftiges Leben aus vollem Herzen.

„WENN NINA SINGT UND DAZU AUF IHREM HARMONIUM SPIELT ENTSTEHT EINE GANZ BESONDERE ATMOSPHÄRE, DIE HERZEN BERÜHRT UND ÖFFNET. DIE HEILENDE, AUF SCHWINGUNG BASIERENDE KRAFT VON MANTREN IST SEIT ÜBER DREI TAUSEND JAHREN BEKANNT UND ES IST NINA EINE HERZENSANGELEGENHEIT MENSCHEN IN KONTAKT ZU BRINGEN MIT DEM POTENTIAL DIESES URALTEN WISSENSCHATZES.“



Silke van Dyken | Emden
Musik, Tanz, Rhythmus und die Freude an der
Bewegung | Nia | Yoga | Meditation | Tanz! Tanz!
Tanz! | www.nia-ostfriesland.de

Nina Holtewert | Osnabrück
ganzheitliche Körperarbeit & Coaching für mehr
Wohlbefinden & Wahrhaftigkeit in Deinem Leben
Yoga | Mantra | Gesang | www.nina.yoga



„AUS VOLLEN HERZEN“

TANZ- & MANTRASPECIAL | 01.07.2023
13 - 17 UHR | MOVING BONES | HANNOVER

13:00 - 13:45

Begrüßung, Ankommen & Lauschen - Deinem Herzen
& Deiner Stimme

13:45 - 15:15

TANZE! - Wecke Leidenschaft, Spiel, Leichtigkeit
und Freude an der Bewegung (Silke)

15:15 - 15:30

PAUSE

15:30 - 16:45

MANTRASINGEN - Ausdruck
finden, wofür uns manchmal
die Worte fehlen. (Nina)

16:45 - 17:00

Abschlussrunde



Silke van Dyken | Emden
Musik, Tanz, Rhythmus und die Freude an der
Bewegung | Nia | Yoga | Meditation | Tanz! Tanz!
Tanz! | www.nia-ostfriesland.de

Nina Holtewert | Osnabrück
ganzheitliche Körperarbeit & Coaching für mehr
Wohlbefinden & Wahrhaftigkeit in Deinem Leben
Yoga | Mantra | Gesang | www.nina.yoga

ANMELDUNG

SPECIAL "Aus vollen Herzen" am 01.07.2023 von 13 Uhr bis 17 Uhr im MOVING BONES (Fössestraße 77, 30451 Hannover)

Ausgleich: € 69

Name

Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon

Email

(Ort, Datum)

(Unterschrift)

Teilnahmebedingungen

1. Anmeldung und Bestätigung

Nach Eingang Deiner schriftlichen Anmeldung (Foto oder Scan dieses ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldebogens) erhältst Du eine Anmeldebestätigung und Rechnung per Email.

2. Rücktrittsbestimmungen und Stornokosten

Im Falle eines Rücktritts bitte ich um schriftliche Mitteilung per Email an post@nina.yoga. Die Stornokosten (=nicht erstattungsfähiger Betrag) betragen bei Rücktritt durch den/die TeilnehmerIn:

- bis zum 31. Mai 2023 | 50% des Gesamtbetrages
- ab dem 01. Juni 2023 | 75 % des Gesamtbetrages
- ab dem 20. Juni 2023 ist die gesamte Summe fällig.

Diese Regelungen gelten ausnahmslos und für jegliche Rücktrittsgründe. Ich empfehle eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen.

3. Pandemiegeschehen

Es gelten die zum Durchführungszeitraum gültigen Corona-Regeln des Landes Niedersachsen. Bitte trage dafür Sorge, diese einhalten zu können. Mit Deiner Anmeldung erkennst Du die gesetzlich vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen und Bedingungen an. Sie stellen keinen Stornogrund dar. Sollte aufgrund verschärfter Corona-Bestimmungen die Veranstaltung nicht stattfinden dürfen, fallen keine Kosten oder Verpflichtungen für Angemeldete an.

4. Selbstverantwortung

Jede/r TeilnehmerIn trägt die volle Selbstverantwortung für das eigene Handeln. Etwaige, relevante Krankheiten müssen der Workshopleitung vor Beginn mitgeteilt werden. Die Workshopleitung übernimmt ausdrücklich keinerlei Haftungen, dinglicher wie körperlicher Art, wie z.B. Diebstahl oder Körperverletzungen.



NINA HOLTEWERT
Wohlbefinden & Wahrhaftigkeit
körperorientiertes Coaching & Yoga
www.nina.yoga