

Flying Schritt tanzen mit AlohAstrid

24.1. / 28.2. / 28.3. / 25.4. / 9.5. / 6.6.

alle Termine von 18.00 bis 19.30

Ort: Tanzzentrum Neulengbach, Wiener Straße 2
Anmeldung bitte unter 0680 214 7777

Der FlyingSchritt ist ein einfacher Schritt, eine Hawaiianische Bewegungsmeditation, ein Gebet in Bewegung.

Der Tanz ist heilsam und verbindet uns mit allem was war, ist und sein wird. Er öffnet unsere Herzen und lässt uns die Weite allen Seins erfahren. Füße und Arme erschaffen in dieser harmonischen Bewegung eine Brücke zwischen Himmel und Erde. Männlich und Weiblich, Alt und Neu, Links und Rechts. Alles gehört zusammen zu einer Einheit.

Fliegen bedeutet in Balance zu kommen. Unser Atem spielt eine entscheidende Rolle dabei. So können wir Sorgen wegtanzen & wegatmen und Neues wieder zulassen. Die gemeinsame Bewegung erschafft ein Gefühl von Heiterkeit, Erdung und Verbunden-Sein, dies wiederum unterstützt, dass wir die Eindrücke des Alltags und des Lebens auf eine unbeschwerte Art und Weise verarbeiten können.

Zudem stärken wir sanft die Ausdauer und die Balance.

Wir befreien uns von Lasten und beginnen Neu zu Leben.

Ich freue mich auf Euer Kommen und gemeinsames Wirken,
Eure AlohAstrid

EnergieAusgleich pro Einheit

Erwachsene 25,- Euro,

Kinder 15,- Euro

Bequeme Kleidung, Wasserflasche mitbringen!