

Freies Tanzen und Singen



mit Martina Kurr im in Wentorf
14-tägig im Oktober und November 2022

Bring in Bewegung, was dich bewegt! Tanz ist eine Quelle der Lebensfreude. Entdecke in der freien Bewegung deine Möglichkeiten mehr von dir zu erfahren.

Jeder Abend beginnt mit einer Einführung, die dich und deinen Körper wach macht für den Tanz. Ich wähle unterschiedliche Musik und begleite dich, dieser auf die Spur zu kommen. Was möchte in dir in Bewegung kommen? Je nach Lust und Laune tanzt du für dich allein oder lässt dich inspirieren beim gemeinsamen Tanz mit den anderen. Ob mit oder ohne Erfahrung, probiere es aus und folge deiner Neugier.

Zeiten für den freien Tanz:

Mittwochs, 17:45 - 19.15 Uhr – 14-tägig, 5.10. / 19.10. / 2.11. / 16.11. / 30.11. 2022

Kosten: 5er-Karte 60,- € Einzelkarte 15,- € **Mitbringen:** Trinkflasche, Bequeme Kleidung; wir tanzen barfuß oder mit Tanzturnschuhen.

Singen bewegt dich! Gemeinsames, lustvolles Singen – ohne Noten und ohne Anspruch auf Leistung, alle zusammen, denn niemand kann nicht singen

Wir singen, um loszulassen, Kraft zu schöpfen, Verbundenheit und Freude zu spüren. Die einfache Form des Singens wirkt stark auf uns. Besonders stark entfaltet sich diese Wirkung, wenn Menschen gemeinsam in einer Gruppe singen, verbunden mit Körperbewegung, Tanz und Begegnung. Wir singen einfache Lieder mit wenig Text aus verschiedenen Kulturen und Religionen.

Zeiten für das Gemeinsame Singen:

Mittwochs, 17:45 - 19.15 Uhr – 14-tägig, 12.10. / 26.10. / 9.11. / 23.11. 2022

Kosten: 4er-Karte 50,- € Einzelkarte 15,- € **Mitbringen:** Bequeme Kleidung und Trinkflasche

Info und Anmeldung bei Martina Kurr:

Tel: 040 – 739 59 52, tinakurr@web.de, www.heilendes-singen-tanzen.de
Tanz- und Bewegungspädagogin, terramedus & Stimm- und Gesangstherapeutin, ISGT Berlin

Weitere Angebote:

Feuerkreise, Gruppe: Singen in der Schwangerschaft, Stimmcoaching, Seminare und Fortbildung