

Freitag 23.03.2018

RAUM für TANZ, 1070 Wien, Neubaugasse 31/Stiege 2 im Hof

Atme dich frei in der Atmerei

ATMEREI

19:00-20:30h

Ganz im Element.

Eins sein mit Erde, Feuer, Wasser und Luft.

(Bettina Arbesleitner)

In der Natur der Elemente spiegelt sich Vollkommenheit. Mit Atem-, Körper- und Tanzübungen werden wir die verschiedenen Qualitäten der Elemente in uns selbst erforschen und sie in Begegnungen lebendig werden lassen.

20:30-21:30h

Klangvolle Elementereise mit Instrumentalbegleitung.

(Monika Barth-Golser)

Zur Entspannung laden wir dich zu einer geführten Meditation mit Instrumenten ein, die dich nochmals hin zu den Elementen tragen wird.

Beitrag: 10€

Info +43 664 652 7596 Bettina, Verein ATMAN, Cervantesgasse 5/5, 1140 Wien

Weitere Atmerei-Termine: 22.06.2018 - Prater, 28.09.2018, 14.12.2018