

The background features a dark blue gradient with intricate, wavy, light blue and green lines that create a sense of movement and depth. Faint, semi-transparent images of human hands and feet are visible, suggesting a focus on physicality and movement.

Butoh Tanz

Entspannungs- und
Meditationskurs

Butoh Tanz

Entspannungs- und Meditationskurs

Dieser Kurs mit tanztherapeutischen Bewegungsansätzen ist für Menschen, die auf der Suche nach neuen emotionalen Erfahrungen sind oder zum Erleben tiefer und notwendiger Entspannung. Die Teilnehmer stammen aus allen Altersgruppen, führen die verschiedensten Berufe aus und es können Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen, mit und ohne Tanzkenntnisse teilnehmen. Die sanften Bewegungskurse ermöglichen es den Teilnehmern, eine sinnliche Geist- und Körpernähe zu erfahren, die sowohl aus ihrem eigenen Inneren als auch von mir kommt und durch meine Stimme und sanfte Musik geleitet wird. Wir arbeiten mit dem Butoh Tanz aus Japan, kreieren dabei unsere eigenen Tänze und erfahren und entdecken uns selbst neu.

Freitags 20:00–21:15, Ballsaal Bern
Ab 17. Januar 2020.

Einstieg immer möglich.
25 CHF pro Lektion für alle Teilnehmer, keine Ermässigung.
5er und 10er Abos erhältlich.

