

# Meditatives Kreistanden

In der reformierten Kirche Wald

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr  
8./15./22./29. Mai, 5./12. Juni 2017

Kursleiterin Jolanda Ryffel



# Meditatives Kreistanzen

## Innerlich auftanken und in der Lebensfreude ankommen

In dieser Form des Tanzes verbinden sich die Freude am rhythmischen Ausdruck und der Bewegung mit der Möglichkeit, sowohl bei sich anzukommen als auch gleichzeitig in Kontakt mit Anderen zu sein. Die einfachen, sich wiederholenden Tanzschritte und die Musik führen uns aus dem oftmals belastenden Alltag in die Gegenwart, lassen uns innerlich auftanken, regenerieren und in der Lebensfreude ankommen.

Getanzt werden traditionelle Kreistänze aus verschiedenen Kulturen sowie neu entstandene Kreistänze.

Die Tanzschritte sind ruhig, schlicht und langsam, sowie beschwingt, fröhlich und lebendig. Die Tänze werden jeweils passend zur Jahreszeit ausgewählt.

Durch die Verbundenheit im Kreis fühlen wir uns aufgehoben und getragen als Gemeinschaft.



Vorkenntnisse sind keine nötig. Sie bringen einfach Freude an der Musik und am gemeinsamen Tanzen mit.

Der Anlass ist für alle Menschen offen, unabhängig der Religionszugehörigkeit.

**Bitte leichte Schuhe und Kleidung tragen.**

Kursort: Im Chor der reformierten Kirche Wald

Kurskosten pro Abend: CHF 15.00

Kursleiterin: Jolanda Ryffel

**Anmeldung bis Dienstag, 2. Mai 2017**

an Jolanda Ryffel, [jolanda.ryffel@bluewin.ch](mailto:jolanda.ryffel@bluewin.ch), Tel. 043 377 07 05

