

# TANZ DICH FREI

SONNTAG, 16.06.2024

17:00 - 18:30 UHR

FREIES TANZEN FÜR ALLE,  
DIE FREUDE AN BEWEGUNG HABEN



ANMELDUNG:  
[KONTAKT@VIVIENTO.DE](mailto:kontakt@viviento.de)

# KOPF AUS KÖRPER AN

*90 Minuten*

*Freie Bewegung*

*Ruhig oder schnell*

*Albern oder ernst*

*Einfach loslassen*

*Zeit für dich*

Ein angeleitetes Warm-Up erleichtert das Einsteigen in diesen Prozess. Dabei fließen Übungen zur Körperwahrnehmung, aus dem kreativen Tanz, sowie tanztherapeutische Elemente mit ein.

Im Anschluss ist Zeit für freies Bewegen zur Musik.

## ANLEITUNG



Maïke Gaca  
leidenschaftliche Tänzerin  
Tanztherapeutin BTD®  
Kognitionswissenschaftlerin

Anmeldung: [kontakt@viviento.de](mailto:kontakt@viviento.de)



## DETAILS

Sonntag, 16.6. 17-18:30Uhr \*

Dietrich-Bonhoeffer-Haus  
34621 Frielendorf

Beitrag: 10-15€ nach  
Selbsteinschätzung

Alle Altersgruppen und  
Erfahrungsstufen sind  
willkommen!

\*Weitere Termine in Planung. Bei  
Interesse, bitte E-Mail schreiben.