



IM HERZEN VON TANDAVA

SICH SELBST GESCHEHEN LASSEN – EIN NACHMITTAG FÜR DICH

Freie, meditative, heilende und spontane Bewegungen ohne Regeln...so wie es sich für deinen Körper gut und stimmig anfühlt.

Wir beginnen mit langsamen Bewegungen. Dadurch erspüren wir das zarte Empfinden unseres Wesens als die Basis eines tieferen Eintauchens in die Stille. In dieser Innigkeit können wir uns grenzenlos entdecken und die Bewegungen, wild oder sanft, geschehen lassen.

Nächste Termine:

5. Aug., 2. Sept., 7. Okt., 4. Nov. und 2. Dez. 15 – 17 Uhr

Zum Ablauf:

Teil 1: Tandava mit Musik, dazwischen Teepause und Gebäck in Stille, Teil 2: Tandava Pur

Ort: Herz und Stille Gempenstrasse 15 4053 Basel Bitte vorher anmelden! Tel. 061 361 40 86 oder Email: sajid@herzundstille.de

Kosten: Auf Spendenbasis