

## **Biodanza Tanz - Leitung: Ulrike Sternberg**

Info und Anmeldung: Ulrike Sternberg, 0176 47759340

[www.seelenfreude.net](http://www.seelenfreude.net) oder E-Mail: [Ulrike.Sternberg@gmx.de](mailto:Ulrike.Sternberg@gmx.de)



Biodanza Tanz

[Was ist Biodanza?](#)

Biodanza bedeutet frei übersetzt „Tanz des Lebens“. Diese in den 70er Jahren von dem chilenischen Psychiater Rolando Torro entwickelte Methode ist mittlerweile auf der ganzen Welt verbreitet. Durch den Tanz, die Verbindung von Musik und Bewegung im Tanz allein oder in der Gemeinschaft werden die ureigenen Potentiale und die Fülle der Möglichkeiten, die in jedem von uns Menschen stecken zum Vorschein „getanzt“.

Lebendigkeit, Lebensfreude, ganzheitliche Gesundheit und Kreativität sind nur ein paar der Aspekte, die hierbei genährt werden und sich nach und nach immer weiter entfalten können. Biodanza spricht den ganzen Menschen an - heilt, integriert, wirkt wohltuend, ohne zu beabsichtigen zu drängen oder etwas zu forcieren

Unabhängig von diesen tieferen Prozessen ist Biodanza aber auch wertvoller Alltagsbegleiter für alle Menschen, die durch die Bewegung, die Musik und den Tanz einfach nur Lebendigkeit, Lebensfreude und Vitalität tanken wollen und in netter Gemeinschaft schwungvoll tanzen wollen.

Es werden keine Schrittfolgen oder Choreographien eingeübt. Es ist daher kein tänzerisches Können notwendig und für alle Menschen gleich welchen Alters und Konstitution geeignet.

Leitung: Ulrike Sternberg

Info und Anmeldung: Ulrike Sternberg, [www.seelenfreude.net](http://www.seelenfreude.net) - [Ulrike.Sternberg@gmx.de](mailto:Ulrike.Sternberg@gmx.de)

**Ort: Kneipp – Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth**

**je Termine: 5 x montags 19.30 Uhr – ca. 21.00 Uhr**

Schnupperabende: 25.03.24,/ 08.04.24 dann feste Kurstermine 15.04. / 22.04. /29.04.2024,

weitere Termine: 06.05.24,/ 13.05.24 / 27.05. / 03.06. / 10.06.2024;

Gebühr: Schnupperabend 15,00 Euro,

Kursgebühr je 5x montags: Gäste: 75,00 Euro; Vereinsmitglieder: 68,00 Euro