

## Ausdruckstanz

**Kreativität, Ausdruck, Lebensfreude**

**Dienstag:** 19:00 - 21:00 Uhr (ab 7.9, alle 2 Wochen)

**Kosten:** mit 10er Block €150,- ermäßigt: €120,-

### Kursbeschreibung:

Core Connexion Transformational Arts®:

Core Connexion wirkt sich positiv auf alle Lebensbereiche aus. Es bedeutet Beweglichkeit für den ganzen Menschen und bringt uns in Kontakt mit unserer Lebensenergie und Lebensfreude.

„Seit Jahrtausenden haben Menschen Tanz als gemeinschaftliche Aktivität, Selbstaussdruck, Erholung, Ritual, Feier, Verständigung mit der Natur oder als spirituellen Ausdruck ausgeübt. Es wird auf der ganzen Welt getanzt. Im Tanz finden wir unsere Lebendigkeit.“ (Eva Vigran)

Beim Tanzen können wir,

- spielerisch mit Bewegung und Ausdruck experimentieren
- mit den eigenen Kraftquellen in Kontakt kommen
- Kreativität, Bewusstsein, Freude & Selbstheilungskräfte aktivieren
- im geschützten Rahmen Gefühlen Raum geben, sie ausdrücken und loslassen
- Lebendigkeit und Leichtigkeit fördern

### Wer kann bei Core Connexion teilnehmen?

- ALLE, die Lust und Freude an Bewegung haben
- Jung und Alt – und alle „dazwischen“
- Niemand ist zu jung oder zu alt, zu dick oder zu dünn.....

In Jedem / Jeder von uns lebt ein tänzerisches Wesen!

Core Connexion Transformational Arts® (CCTA) wurde von Eva Vigran (USA) entwickelt. CCTA verbindet Tanz, Wahrnehmung, Meditation, Kampfkunst, Musik, Rhythmus und kreative Prozesse.

