

Meditatives Tanzen Spirit in Motion



Tanzen ist wie eine Massage für die Seele!

Im Hier und Jetzt ankommen. Bewusst wahrnehmen, wie ich da bin, in mich hineinspüren, mich von der Musik und den gemeinsamen Tanzschritten im Kreis tragen lassen. Zur Ruhe kommen und doch in Bewegung sein, Stille erfahren und auch übersprudeln vor Freude, ganz bei mir ankommen und doch verbunden sein mit den anderen.

Mitbringen Freude an Bewegung und Musik.

Bequeme Kleidung und wenn vorhanden Tanzschuhe

Ort Gemeindesaal Schwerzenbach, Chimlimärt, Bahnstrasse 14, vis-à-vis Bahnhof

Zeit Jeweils einmal im Monat donnerstags 14 – 16 Uhr

Leitung

Claudia Schübach

+41 79 548 34 21

spirit-in-motion@gmx.ch

2026

- 15. Januar
- 12. Februar
- 19. März
- 9. April
- 21. Mai
- 11. Juni
- 9. Juli
- 13. August
- 10. September
- 1. Oktober
- 15. Oktober
- 10. Dezember

Die Kosten werden von der kath. Kirchgemeinde übernommen.