DANSENS HELANDE KRAFT

Lördag 30 MARS 10 -17

Välkommen till en välgörande dansdag med:

***Frigörande dans* - fria rörelser i medveten närvaro där Du inspireras till dans på Ditt vis**





Avslappning/ bodyscanning

***Helande cirkeldans* - meditation i rörelse med cirkeldanser från olika kulturer, både traditionella och nyskapade**

Plats: Tollstagården i Västra Tollstad, nära Hästholmen och Omberg (Ödeshögs kommun)

Kostnad:
700 kr inkl. fika (medtag lunch, finns tillgång till kök o kyl)

Dansledare: *Ulrika Jakobsson*, Frigörande dansinstruktör och Kundaliniyogalärare
Marie-Louise von Malmborg, Leder kurser och utbildning i Helande cirkeldans, Symbolpedagog och Mindfulnessinstruktör

Anmälan: Ulrika - 070-3220684 rosenkraft001@gmail.com
Marie-Louise - 076-8483911 mlm@helanderorelse.se
Anmälan senast 15 mars.