



**BEWUSSTSEIN &
TANZ &
VERBINDUNG**



TanzRaum

Lebendigkeit - achtsame Begegnung - Grenzen wahren

**Wir spüren oft unsere eigenen Bedürfnisse nicht mehr und
echte Verbindung zu anderen Menschen scheint schwer möglich.**

- Hast du das Gefühl, immer wieder in dieselben Beziehungsmuster zu geraten?
- Wünscht du dir mehr Lebendigkeit und echte Verbindung?

In einem **geschützten Raum** verbinden wir

Körpererfahrung im Tanz und tieferes Verständnis über das Nervensystem.

Im **Tanz** kommst du in Kontakt mit deinem **Körper** und es öffnet sich eine Tür zu deiner **Lebendigkeit** und **Lebensfreude**. Wir tanzen allein, zu zweit und in der Gruppe.

Wenn du beginnst zu verstehen, wie dein **Nervensystem** auf Begegnung, Nähe und Stress reagiert, entsteht Raum für **Mitgefühl** und **neues Bewusstsein**.

Diese Kombination ermöglicht dir, dich selbst und deine Bedürfnisse besser zu spüren und Begegnung im Tanz neu zu erleben.



Workshop 6 x Freitags

20.02. bis 27.03.2026

19:00 – 21:30 Uhr



Kosten 150 €



0664 73 98 27 44 oder
0650 722 14 60



Henndorf Gemeindeamt, 1. Stock
Hauptstraße 65

Wir freuen uns auf dich!

Petra und Nicole



www.lebensbruecke.at